



Tibetan Buddhist Resource Center

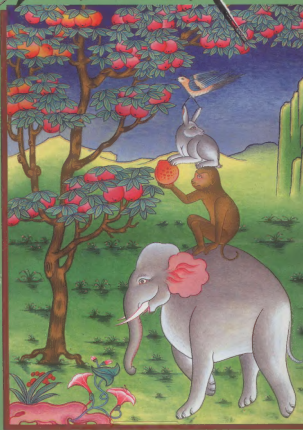
Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG17346	ImageGroup:	I1KG17350
LCCN:	2003313731	ISBN:	n/a

Title:	ཤེས་རིག shes rig
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharamsala, h.p.
Publisher:	bod gzhung shes rig las khungs/
Date:	2002-2011
Volume:	3
Total Volumes:	15
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014

029863

ཉལ་རྩུག་



ཐོད་གཞུང་གི་ས་མིག་ལས་ཁྲེང་ས་ནས།

འདོན་ཐེངས། གསུམ་པ།



ཐུ་ལོ་ ༢༠༠༩

བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

Class No.

Acc. No 29863 (11)-80

ཤེས་པའི་ཐུགས་སྒྲུབ།

བོད་གཞུང་གི་མཁའ་འགྲུལ་ཁང་།



- ཉུས་དེབ་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་ནི། བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་དང་སྒོས་སུ་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་དགེ་ཆན་ཚོའི་ཤེས་ཡོན་དང་
རིག་གཞུང་གི་གནས་ཚད་གོང་དུ་སྡེལ་རྒྱ་དེ་ཡིན།
- ཉུས་དེབ་འདི་ཉུང་མཐར་ལོ་རེར་བེད་སྤྱོད་རྒྱ་ཡིན།
- ཉུས་དེབ་འདིའི་ནང་ཤེས་ཡོན་དང་། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་། ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད། སློབ་གྲུའི་སློབ་ཚན་
དང་འབྲེལ་ཡོད་ཁག་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ། ཚན་རིག་དང་ཨང་ཅིས། སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་སོགས་དེད་དུས་
ཤེས་བྲུ་ཁག་བཅས་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་དགོད་རྒྱ་ཡིན།
- རྒྱ་ཚའི་མཁས་པ་ཁག་དང་། ཚུ་མ་པ་པོ། དགེ་ཆན། རྒྱུག་པ་པོ་བཅས་ནས་གོང་གསལ་ནང་དོན་ཅན་གྱི་ཚུ་མ་
ཡིག་དང་། ལེགས་སྡེལ་ཉེས་འགོག་གི་དགོངས་འཆར་གནང་བར་དགའ་བསུ་ཞུ།
- ཚུ་མ་ཡིག་གང་ཞིག་དུས་དེབ་ཐོག་བཀོད་རྒྱུ་ལེགས་གཟེའི་ཚུ་མ་ཡོན་འོས་འཚམས་ཤིག་འདི་གའི་གཏན་འབེབས་
གཞི་བཟུང་འབུལ་རྒྱ་ཡིན།
- ཚུ་མ་སྒྲིག་པ་འམ་ཚུ་མ་པ་པོའི་མིང་འཁོད་ཚུ་མ་ཡིག་རྣམས་ལ་བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལྷ་བ་ཡིན་པས་མ་བྲལ།
- ཚུ་མ་ཡིག་གང་ཞིག་དུས་དེབ་ཐོག་འགོད་མིན་གྱི་དབང་ཚད་ནི། དུས་དེབ་ཀྱི་ཚུ་མ་སྒྲིག་པར་ཡོད།
- འདི་གར་བསྐྱར་འབྱོར་བྱུང་བའི་ཚུ་མ་ཡིག་རྣམས་དུས་དེབ་ཐོག་བཀོད་མིན་ལ་མ་ལྷོས་པར། ཚུ་མ་ཡིག་ཕྱིར་སྒྲིག་
བྱ་རྒྱ་མིན་ན། དོ་བདག་སོ་སོས་མ་ཕྱི་ཉར་ཚགས་གནང་དགོས།

ཚུ་མ་སྒྲིག་པ། རྒྱུ་ཚེ་རིང་།
 ཁ་ཤོག་རི་མོ། བཀྲ་ཤིས་དོ་རྩེ།
 ཚུ་མ་ཡིག་གི་ཁ་བྱང་ཡིག་གཟུགས། སློབ་བཟང་ཉི་མ།
 དེབ་གཟུགས་དང་ཁ་ཤོག་བྱས་འགོད། རྒྱུ་ཚེ།
 བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་དཔར།

Editor: Chung Tsering
 Cover Art: Tashi Dorjee
 Cover Design & Layout: ChungTse
 Published by Department of
 Education (C.T.A.)

ཚུ་མ་ཡིག་གཏོང་ཡུལ་ཁ་བྱང་ག་གམ་གསལ།
 Editor of SHERIG Journal
 Department of Education (C.T.A.)
 Gangchen Kyishong
 Dharamsala - 176215 (H.P.) India
 E-mail: education@gov.tibet.net
 Fax: 01892 223481

ཤེལ་འཇིགས།



འདོན་ཐེངས་གསུམ་པ།

དཀར་ཆག

ལམ་སྟོན་དུང་དཀར་གཡས་འབྲིལ།

མོད་རིག་པའི་བྱང་བ་དང་འབྱུང་འབྱུར་སྐོར་མདོ་ཙམ་བཤད་པ་ལས་

མོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐོར།

ཉན་ཤུལ་མ་ཕྱེན་རབ་འོད་གསལ།

༡

ནང་ཆོས་བསྐྱབ་གསུམ་འཁོར་ལོ།

སྟོན་པས་གསུངས་པའི་ཆེད་དུ་བཞུགས་པའི་ཆོས་ཁེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

༡༤

འཆད་ཉན་གསེར་ཉའི་འཁྲུག་འགྲོས།

གཞིན་ཏུ་བྱུག་གི་རྟོག་པ་བཞུགས་པའི་འབྲེལ་ཆུང་དོན་བརྩམས།

རྩ་མོ་སྐྱབས།

༢༩

སྐྱ་ཆོགས་ཤེས་བྱའི་བུམ་བཟང་།

གནའ་དེང་གི་བོད་མིའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལམ་སྟོན་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་

མཐོང་ཆུལ་རགས་ཙམ་སྒྲེང་བ།

བོད་དཔེ་ཆེ་རིང་རྩ་མོ།

༥༡

གཡུང་རྩུང་པོན་སྒོར་གྱི་རྒྱན་ཤེས་འགའ་ཞིག

དགེ་བཤེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན།

༥༦

བཤད་པ་ལྷག་བསམ་དཔལ་བེའུ།

རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ།

ན་ག་སངས་རྒྱས་བརྟན་དར།

༥༧

སྒྲོབ་མ་ཞིག་གི་ཉམས་མུང་ལས་འཕྲོས་པའི་

དགེ་ཆན་གྱི་སྒྲོབ་བྲིད་བྱེད་སྣངས་བཤད་པ།

བསོད་ནམས་དོ་རྩེ།

༡༠༡

ངོ་སྤྱོད་གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཆན།

ལོ་ཐོ་ལྷ་སྣངས་རྒྱས་པ་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་།

ཨེ་པ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།

༡༡༥

**COMIC
RELIEF**

Acknowledgement:

*Financial support from Comic Relief
through Tibet House Trust (London) has
made this publication possible.*

༡༡། བོད་རིག་པའི་བྱང་པ་དང་འབྱུང་འགྱུར་སྐོར་མདོ་ཙམ་བཤད་པ་ལས་ བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐོར།

ཉན་ཤུལ་མ་བྱེན་རབ་འོད་གསལ།

འཇམ་སྒྲིང་གི་མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་དུ་བྱེད་པ་མེད་པར་ཐོག་མར་མི་རིགས་དེའི་
སྐད་བྱང་བཤད་། དེ་རྗེས་རིམ་བཞིན་ཡི་གེ་བྱང་བ་ལྟར་རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་བྱང་
རིམ་ཡང་དེ་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན། དེ་ལས་སྐད་ནི་མི་རིགས་བྱང་བའི་རྗེས་སུ་རིམ་བཞིན་ཆ་ཇེ་ཆང་
དང་ཕྱན་སུམ་ཇེ་ཆོགས་སུ་བྱང་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཡེ་གེ་ནི་མི་རིགས་སོ་སོའི་སྐད་ཀྱི་ཆབ་བྱེད་ཐུབ་
པའི་ཁྱད་ཆོས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། མི་རིགས་སོ་སོའི་ཡི་གེ་བྱང་བའི་དུས་རིམ་ནི་གཅིག་པ་མིན་
པར་ཁ་ཅིག་ལ་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་རིང་བཤད་། ཁ་ཅིག་ལ་ལོ་རྒྱུས་བྱང་བའི་ཁྱད་པར་ཡོད། འོན་ཀྱང་
ཡི་གེ་བཟང་ངན་ནི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་རིང་བྱང་ལ་བཞུས་ནས་རྒྱུན་རིང་བ་རྣམས་བཟང་བཤད་། བྱང་
བ་རྣམས་མི་བཟང་བར་བརྩི་བ་ཞིག་མིན་པར་ཡི་གེ་དེ་མི་རིགས་དེའི་ཕ་ལ་སྐད་དང་མཐུན་ཆེ་བཤད་།
སྒྲིབ་བདེ་བཤད་ཁུབ་བྱ་ཆེ་བ། མིང་ཆོག་གིས་འདང་ཆད་ཆེ་བ། ཆོག་སྦྱར་གྱིས་དོན་ཏན་ཏིག་བཞུན་
ཐུབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་ལྡན་ཆེ་ཡི་གེ་དེ་རྩོན་ཐོན་གྱི་ཡི་གེར་བརྩི་བ་རེད།

རང་ཅག་བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་དུས་སྐབས་གང་འདྲ་ཞིག་ནས་བྱང་བའི་སྐོར་ལ་འདོད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་

པ་སྟེ། ད་ལྟ་རང་རེས་སྟོང་བཞིན་པའི་ཤོད་ཡིག་ནི་ཤོད་ཀྱིས་སྟོང་བཅན་གྱི་སྐབས་སུ་ཐོན་མིས་གསར་
བཅོམ་ངད་པ་ཡིན་པར་ལོ་རྒྱུས་ཡལ་མེ་ཆེ་ཁ་མཐུན་པ་དང་། རྒྱ་ནག་གི་ལོ་རྒྱུས་<<ཐང་ཡིག་གསར་
མ་>>དང་<<ཐང་ཡིག་རྟོང་མ་>>གཉིས་ཀའི་ནང་དུ་སྟོང་བཅན་གོང་གི་ཤོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་སྐབས།
“སྟོང་སྟོང་བ་ལ་ཡི་གེ་ནི་མེད། ཐག་པ་ལ་མཐུད་པ་དང་། ཤིང་ལ་ཉག་ས་བཏབ་སྟེ་ཅིས་ཀྱིང་”ཅས་
དང་། ཡང་སྟོང་བཅན་སྐབས། “སྟོང་བཅན་གྱིས་ཁྲུང་སུན་རྒྱུ་ཅི་བྱ་བ་བརྒྱུད་དེ་གོང་མར་ཡི་
གེ་ཡལ་ཏེ།” “གནམ་གྱི་སྲས་ཁྲིར་བཞུགས་མ་ཐག་ཡིན་པས། འོག་དུ་སྟོན་བ་རིང་བ་འདྲ་བྱུང་ན།
ཁོ་ཤིས་དམག་བྲངས་ཏེ་ཤོགས་ཏན་བྱས་ཆོག”ཅས་སྟོང་བཅན་སྐབས་ཡི་གེ་ཡོད་པ་གསལ་ལོར་འཁོད་
འདུག དེ་བཞིན་དེབ་དཀར་དུ་འབྲལ་ཐོན་མི་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོན་པའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་
སུ་ཡིན་དང་། གུ་རྟའི་ཡི་གེ་ལ་དཔེ་བྲངས་ཏེ་ཤོད་ཡིག་བཅོས་ཚུལ་སོགས་ཀྱིས་ཅམ་གསུངས་འདུག
འདོད་ཚུལ་གཉིས་པ་ཤོན་ནམས་ཀྱིས་ནི་སྟོང་བཅན་གྱི་གོང་ནས་ཤོད་ཡིག་ཡོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་དུ་
མ་པོ་ཏོན་ནས་བཤད་འདུག སྟོང་བཅན་གོང་ནས་ཡོད་ནའང་འདྲ། སྟོང་བཅན་གྱི་དུས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་
ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་ཤོད་ཡིག་ནི་ཤོད་སྐད་གཞིར་བཞག་ནས་ཤོད་མི་རང་གིས་བཅོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་
ལས་མི་རིགས་གཞན་ཞིག་གིས་གསོ་ལ་རས་གནང་བའམ་ཡང་ན་མི་རིགས་གཞན་ཞིག་གི་ཡིག་བརྒྱུ་འཕྲོག་
བྱས་པ་ནི་མིན་པས། ཤོད་ཡིག་ནམ་བྱུང་དང་སུས་བཅོས་སྟོང་དེ་ཅམ་དོགས་ཀྱིང་དགོས་དོན་མི་འདུག་
སྟུང་། ཤོད་ཡིག་གི་ཕྱི་མེ་ཤོད་སྐད་སྟོང་ཡུལ་གྱི་ས་ཁྱོན་ལ་མཚོན་ན་ཤོད་ཆོལ་ཁག་སུམ་ཡིན་ཞིང་། ས་
ཁྱོན་ཆེན་པོ་དང་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་ཤོད་སྐད་ཤོད་མཁན་གྱི་མི་གངས་ནི་ད་ལྟ་ཅང་ཉུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད་
ཀྱང་ད་ལྟའི་བར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྟུང་དེ་གནས་ཐུབ་པ་རེད། མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་སྐད་
ཡིག་གཉིས་ནི་མི་རིགས་དེའི་སྟོན་རྩ་ཡིན། འདོད་སྟོང་ལ་དེབ་དཀར་ལས། “དེས་ན་ཤོད་ཡིག་གི་སྟོན་
གསར་དུ་ཕྱེ་བ་ནས་བཟུང་། ད་བར་ལོ་ཆིག་རྒྱུ་ལ་རྒྱ་ཅམ་སྟོང་ཟེན་མོད་དེའི་བར་ལ་ཤོད་ཀྱི་བཟང་
དང་ཡིག་གཟུགས་གཉིས་ཀ་ཆོས་མི་འདྲ་བཞིག་ནི་མ་འགྱུར་བས། ད་ལྟ་ཡང་རྒྱལ་པོ་འདི་དུས་ཀྱི་དེ་རིང་

སྐྱེས་ལ་བརྟམ་ཆེ་ཆོག་དོན་རགས་རིམ་ཙམ་རེ་གོ་བྱུང་པ་ནི། བོད་མི་ཡི་གོ་བྱུང་བ་ཀུན་ལ་ཡོད། རྒྱ་
གར་ན་ཡོ་ཆོག་སྟོང་གོ་སྟོན་གྱི་གཞུང་ཡི་གོ་དང་། དེང་སང་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གོ་གཉིས་ཁོས་ཏུ་མི་འདྲ་བར་འགྱུར་
ནས་སྐད། རྒྱ་པར་ཡང་ཇི་རིན་པོ་ཆའི་སྐད་ཅམ་ནས་བཟུང་དཔེ་རྣམས་དཔར་འདེབས་བྱེད་པའི་
སྤྱི་ཤེད་ར་བྱུང་ཆེ་བར་གྱུར་ཅིང་། དེང་སང་གི་དཔར་འཁོར་ཆེན་པོར་ཡུལ་ན་ཡོད་པ་འདི་ཙམ་ས་
ཆེད་གཞན་གང་དུ་ཡང་མེད་པར་གྲགས། དཔར་ལས་བྱེད་པའི་འགོ་ཚུགས་པ་དེ་ནས་བཟུང་ཡིག་གཟུགས་
དང་དག་ཆ་སྐྱེས་ཀྱང་ཕལ་ཆེར་སྤྱི་ལ་ཕྱགས་གཅིག་ལས་ཙུང་བྱེད་ཀྱང་མ་འགྱུར་བར་གནས་པ་ཙམ་
བྱུང་། དེས་ན་དུང་ཡང་རང་རེ་རྣམས་ཇི་སྟེན་བརྟན་བཅོས་ཀྱིས་སྟོན་དང་ཆོས་སྐད་ལ་ཆ་འཛིག་བྱེད་
པ་དེ་སྟེན་དུ་བོད་ཡུལ་ཡོངས་ཇོ་གས་ཀྱི་སྐད་རིགས་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེར་ན་ཆོས་སྐད་
དུ་བྱིས་པའི་བློ་གསལ་བམ་ཞིག་མངའ་འཇམ་ནས་ཨ་མ་དོའི་བར་དུ་བྱེད་ཡང་། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟོགས་ཞིང་
གོ་བྱུང་པ་ཡིན། དེ་མིན་དེང་སང་མཐའ་མི་འགའ་ཞིག་གིས། དབུས་ཀྱི་ཕལ་སྐད། རྒྱ་གས་ཀྱི་ཕལ་
སྐད་སྐྱེས་སྐད་བར་གང་བྲན་གྱི་སྐད་མཛོད་བློ་གསལ་བམ་ཇི་ཕ་པ་འདི་རིགས། བརྒྱ་ལ་དར་སྤྱི་ལ་ཆེ་རུ་
སོང་ན། ཡུལ་སོ་སོའི་ཕལ་སྐད་མི་འདྲ་བའི་སྟེན་གྱིས་བོད་ཀྱི་སྐད་སྤྱི་ཡང་དུམ་བུར་ཆད་དེ། མཐ་ཞིག་
ན་ཡུལ་སོ་སོའི་སྐད་དང་ཡི་གོ་ཕན་ཚུན་བདེ་མི་འཕྲོད་པ་ཞིག་འོང་ངེས། སྐད་ཡིག་སོ་སོར་གྲུས་པས་བསམ་
འཁྱེར་དང་སྟོད་ལམ་སྐྱེས་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་སོང་སྟེ་མཐའ་བོད་ཀྱི་རིགས་དང་རྒྱ་ལ་ཁམས་རྩ་བ་ཉིད་ནས་
སེལ་བུར་འཐོར་བའི་སྟེན་དུ་འགྲོ་བ་ལགས། གལ་ཏེ་ཕལ་སྐད་གསར་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་བོད་ཡུལ་ཀུན་ཏུ་ར་
བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་འང་། རང་ཅག་གི་ཆོས་སྐད་དུ་བྱིས་པའི་མདོ་རྒྱུད་རིག་གནས་ཀྱི་གཙུག་ལག་རྒྱ་
མཆོག་ལུ་འདི་ཀུན་རིམ་གྱིས་སྤུས་ཀྱང་མི་གོ་བའི་བློ་གསལ་བམ་གྱི་ཕུང་པོ་ཙམ་དུ་འགྲོ་ངེས་པས། སྤྱི་ལ་དན་
འདི་འདྲའི་བྱོགས་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བག་ཟོན་དགོས་པ་ལགས།” ཞེས་རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་
ཡིག་གི་གལ་ཆའི་རང་བཞིན་དང་། ཉེན་ཁའི་གནས་ལ་བག་ཟོན་བྱེད་དགོས་པའི་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་
མ་འོངས་མཛོད་གཟིགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་པས་རང་ཅག་བོད་མི་ཀུན་དང་། རྒྱ་པར་མིག་རྒྱུང་།

རིང་ཞིང་སྤྱི་ཤེས་ཤུག་ལ། རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་སྤྱི་གོས་དང་ཤུག་པའི་ཤོད་ཀྱི་གཞིན་ཅུ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་
རྒྱུ་བཟང་པོ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་གི་རྒྱུ་པོར་འཛིན་པར་འཆོལ། མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་གི་ཡ་
ཡུལ་དང་། རང་གི་རྣམ་ཤིང་མཉམས་ལ་དག་འཁེབ་མི་ཤེད་པ་མི་སྲིད་པས་མཁའ་སྐད་བཅུ་འདུན་ཆོས་
འཕེལ་གྱིས་ཀྱང་རང་རིགས་ལ་བཅོས་མིན་གྱི་ཐུགས་བརྩེ་ཤུག་པའི་བསྐྱེད་བྱ་ཡིན་པས། ཁོང་ལ་དག་འ་
ཁེབ་པོར་མེད་ལ་མི་རྒྱུས་པར་གང་ཟག་ལ་མི་རྒྱུས་ཆོས་ལ་རྒྱུན་ཞེས་པའི་རྒྱུད་དོན་བཟུང་རྒྱུ་ཤོད་མི་ཞིག་ཡིན་
ཕྱིན་བཟླ་མི་རུང་རྣམས། ཡང་རྣམས་འདིར་རྒྱུགས་དགོས་པ་ཞིག་ནི། མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་
དེའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འཆོར་པའི་ནང་རྒྱུན་འབྲུངས་ཤེད་དགོས་པའི་ལུགས་པའི་ཆ་དང་། ཅུ་མེད་དང་ལུགས་
བཅོས་གཏོང་དགོས་པའི་མི་ལུགས་པའི་ཆ་གཉིས་པོར་ཅིང་། ཤོད་ཀྱི་རྣམ་ཤིང་མཉམས་ཡིན་གྱི་ཕྱི་
མའི་གསལ་མིན་པར་ཤེས་དགོས། རང་ཅག་ཤོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཕྱི་མའི་གསལ་ཀྱང་དུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་
པོར་མོད། འདིར་རྣམས་སུ་མ་བབས་པས་མི་སྤྱོད་ལ། འདིར་རྣམས་སུ་བབས་པ་ནི་ཤོད་ཀྱི་རྣམ་ཤིང་གི་
རྣམ་ཡིན། འདིའི་ཐད་ལ་འད་ཤོད་ཀྱི་རྣམ་ཤིང་གཉིས་ནི་ཤོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཅུ་ཡིན་པས། རྒྱུན་འབྲུངས་
ཤེད་དགོས་པར་ཐག་ཆོད་པ་དང་། མི་རིགས་གཞན་གྱི་རྒྱུན་ཐོན་གྱི་རྣམ་ཤིང་ལུགས་པའི་ཆ་ལེན་རྒྱ་
དང་། མི་རིགས་རང་གི་རྣམ་ཤིང་གཞན་པའི་ཆ་གང་པོར་ཁྱད་གསོད་དང་རིམ་བཞིན་ལུགས་བཅོས་བཏང་
རྒྱུ་ལུགས་ཐོག་ལུགས་བརྩེགས་ཤེད་དགོས་པ་ལས། “ངའི་ཨ་མའི་ཤོར་པ་གཙང་མ་ཡིན་”ཞེས་པའི་དེར་
མ་མོང་བཞིག་དགོས་པ་མ་ཟད། ཤོད་རིགས་གཞིན་ཅུ་ཆོས་བརྩོན་པ་ཆེར་བརྒྱུད་ཀྱིས་ཤོད་ཀྱི་སྤྱོད་དགོས་
པ་མ་ཟད། མི་རིགས་གཞན་གྱི་རྣམ་ཤིང་མཐར་ཕྱིན་པ་སྤྱོད་དགོས་ངེས་ཡིན། དེའང་མི་རིགས་གཞན་
གྱི་རྣམ་ཤིང་སྤྱོད་པའི་དགོས་པ་ནི་ཤེས་རྒྱ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་། ཤོད་ཀྱི་རྣམ་ཤིང་ཕུན་སུམ་ཇེ་ཆོགས་སུ་
གཏོང་བ་ལས་ཤོད་ཀྱི་རྣམ་ཤིང་ཅུ་མེད་དུ་གཏོང་བའམ་ཡང་ན་ཉམས་དམས་སུ་གཏོང་བའི་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་མི་
རུང་བ་ནི་རྒྱ་པའི་རྒྱ་དོན་ཡིན་པས་ཐུགས་ལ་ངེས་གཤེད་ཆེ། སྤར་ཤོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཏུ་འདྲུང་བ་དཀར་ནག་
སྤྱོད་ཀྱི་ལུགས་པའི་ཆ་མང་པོ་ཞིག་གི་རྣམ་ཤིང་ཕུན་སུམ་ཇེ་ཆོན་པར་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་མཐར་ཕྱིན་པ་བསྐྱེད་

ཏེམ་ཁྱིན་པའི་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བརྒྱ་རྒྱུ་ལྟར་བུ་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་ཆོས་ཀྱང་པོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་དང་རྒྱུ་ཡིག་
ཡར་རྒྱས་བཏང་བ་བཞིན། ད་ལྟ་རང་ཅག་པོད་ཀྱི་གཞི་ན་ལྟ་ཆོས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲུག་པའི་ལག་རྒྱུ་ལོག་འཛིན་
མི་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡང་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་ཐོག་རྒྱལ་ས་འགར་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རྒྱུ་ཡིག་
རྒྱུ་རྒྱུ་དོགས་འདྲི་སྒྲུ་ཆོས་སྤང་། བཀའ་འཕྲོག་ཀྱང་ཕྱེད་ཚུང་བ་ཤིང་། མེད་ཆེན་རྒྱལ་ས་དེའི་དམིགས་
ཡུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པོད་དཀའ་འཕྲུག་པོད་ཆོན་ཐོན་གྱི་རྒྱུ་ཡིག་མང་པོ་ཞིག་པོད་མི་ཆོས་མ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་
གུན་ཆབས་ཆེན་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པའང་ཤེས་དགོས། ཇི་སྲིད་བར་རྒྱུ་བརྒྱུ་རྒྱུ་པའི་ཡོང་ཐབས་མེད་
པ་ཞིག་དང་འཛིན་ཏེན་གྱི་མཐོང་རྒྱ་ཆེད་དུ་བཀའ་པ་ཞིག་ཡིན།

པོད་ཀྱི་གཅིག་གུར་གྱི་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

དེ་ལྟར་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིག་གི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་མདོ་ཙམ་བཤད་ནས་དེ་ཆོས་
ཁ་གསུམ་གྱི་རྒྱུ་ཡིག་གཉིས་སྤྱིར་གཅིག་གུར་ཡིན་པ་དང་། རང་གསུམ་ཀྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པ་ལས།
དང་པོ་གཅིག་གུར་གྱི་རང་བཞིན་ནི། ཆོས་ཁ་གསུམ་གྱི་ས་ཁྱིན་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་པོད་མི་ནམས་
ཁ་འཐོར་དུ་གནས་པ་དང་། སྤྱི་ཆོས་སྤྱིར་པའི་དུས་ས་གནས་དེ་ཆོར་དེད་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རིགས་
ཀྱི་འགྲོ་ལམ་དང་། གནམ་གྱུ་སྤྱི་གསུམ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མེད་པར་རྒྱུ་པས་འགྲོ་བའོ། ཏེ་དེ་ལ་སྤྱི་གསུམ་
ལ་བཞེན་ནས་འགྲོ་དགོས་པས་ས་ཁྱུ་ཐ་དད་དུ་གནས་པའི་པོད་མི་པས་མི་ཆེ་མཉམ་འཛིན་པས་ཡོང་
རྒྱུ་དཀའ་འཕྲུག་ས་གནས་སེ་སེའི་ཡུལ་རྒྱུ་མི་འདྲ་བ་ཐུན་བྱ་ཡོད་པ་ལས་པོད་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུ་ཆོན་གཅིག་གུ་
གནས་པ་ཡིན། པོད་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིག་ཅེས་པ་གང་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་ཤིན། བོད་དུ་དབང་དཀར་གྱི་
ལུང་བྲངས་པ་བཞིན་པོད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ཞིག་ཆོས་ཁ་གསུམ་གང་དུ་ཁྱེར་ཡང་པོད་ཡིག་ཤེས་མཁན་ཞིག་
ཡིན་ཕྱིན་ལྟོག་ཐུབ་ལ་དོན་ཡང་གོ་བ་མ་ཟད། པོད་ཡིག་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཅུང་དེའི་ན་བར་ཤེས་
མཁན་གྱིས་བཟླས་ན་དེས་དོན་གོ་ཐུབ་པ་ཡིན། དེས་ན་པོད་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུ་དང་ངོས་ནི་པོད་ཡིག་ཡིན་པས་

བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་གཉིས་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད་ཅིང་། ཐོག་མར་བོད་ཡིག་བཅོ་སྐབས་བོད་སྐད་གཞིར་བཞག་ནས་བཅོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ས་བོད་ཡིག་གི་ཕྱི་མོ་བོད་སྐད་ཡིན་ཡང་། བོད་ཡིག་ལེགས་པར་བཅོས་ཤིང་དེས་བོད་སྐད་ཀྱི་ཆ་བ་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྗེས་བོད་ཡིག་ནི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་དུ་གྱུར་ཅིང་བོད་སྐད་ཆོད་མ་ཞིག་ཡིན་མེན་གྱི་ཁྲུངས་གཏུགས་སའང་བོད་ཡིག་ཡིན། དེ་ནི་བོད་རིགས་ཙམ་མ་ཟད་མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་སྐད་ཡིག་གི་སྤྱི་འགྲོས་དེ་ལས་མ་འདས། ཆོལ་ཁ་གསུམ་ནང་ནས་ས་གནས་ཆེས་ཉུང་ཤས་ཕྱད་དེ་བྱིངས་ཀྱི་བོད་མི་ནམས་ཕན་ཚུན་སྐད་ཆ་བཤད་སྐབས་ཀྱང་ས་གནས་ཀྱི་སྐད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་ཕན་ཚུན་བར་སྐད་སྒྱུར་འཆོལ་མི་དགོས་པ་ཡིན། མི་རིགས་གཞན་འགའ་ཞིག་གི་ཁྲོད་དུ་མི་རིགས་གཅིག་པ་དང་ཡིག་གཅིག་ཡིན་ནའང་ས་གནས་ཀྱི་སྐད་མི་འདྲ་བས་སྐད་སྒྱུར་འཆོལ་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཡང་ཡོད་པ་རེད།

དེ་མིན་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཁྱད་ཆོས་གཞན་ཞིག་ནི་ཆོག་སྒྱུར་གྱི་སྐབས་སུ། ཆོས་ཅན་བོད་པའི་མིང་ཞིག་གི་མཐར་ཆོས་བོད་ཀྱི་མིང་སྒྱུར་བ། རྒྱ་མཆོཆོན་པའི་སྐབས་བོད་པ་ལས། མི་རིགས་གཞན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཆོག་སྒྱུར་ལྟར། ཆོན་པོ་རྒྱ་མཆོཆོན་མི་བོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ལས་ཀྱི་ཆོག་ཀྱང་ཆོས་ཅན་བོད་པའི་མིང་མཐར་སྒྱུར་བ། ཤིང་གཅོད་ཅེས་བོད་པ་ལས། གཅོད་ཤིང་ཞེས་མི་བོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་གངས་ཆོག་ཀྱང་ཆོས་ཅན་བོད་པའི་མིང་མཐར་འདྲུག་པ། རྟ་གཅིག་བོད་པ་ལས། གཅིག་རྟ་མི་བོད་པ་དང་། ཡང་ཁྱད་གཞི་ཁྱད་ཆོས་སྒྱུར་བའི་ཆོག་མཐར་གངས་ཆོག་འདྲུག་པ། རྟ་དཀར་པོ་གཅིག་བོད་པ་ལས། གཅིག་དཀར་པོ་རྟ་མེགས་མི་བོད་པ་ཡིན།

ཆོལ་གསུམ་གྱི་སྤྱི་སྐད་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་མ་ཟད། ལོ་དུ་བྱུར་ཙམ་བརྟན་པ་བཞིན་བོད་ཡུལ་རྒྱལ་མོ་རོང་གིས་ཁྲུལ་རེ་བྱུང་དང་། དེ་མིན་ཁམས་རྩྭ་ས་ཀྱིས་ཁྲུལ་རེ་བྱུང་ཙམ་གྱི་བོད་རིགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་དང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་འོད་མཁན་བར་གོ་བཅད་མི་འཕྲོད་པ་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་སྒྱུར་གྱི་འགྲོས་ནི་གོ་བཅད་པ་ཤད་མཐག་པའི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཡོངས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་པས་སྤྱུལ་དེ་ཆོད་སྐད་ཀྱང་བོད་སྐད་ཀྱི་ནང་གཞུང་གི་ཡིན་པར་ཐེ་ཆོམ་

མིང་གོས། རྒྱལ་མོ་རིང་གི་མི་ཚོས་ལོ་བརྒྱ་རྟོང་གི་རིང་སྤྱད་པའི་ཡིག་མེད་པ་ཙམ་མ་ཟད། རྒྱལ་
མོ་རིང་གི་མིས་པོད་ཡིག་རྟོག་སྐབས་རྩིན་འདུག་དང་རྩེས་འདུག ཡང་འདུག མགོ་གསུམ། འདྲེགས་པ་ནི་
སྐོམས་སྤྱད་ག་པར་རྟོག་པའི་ཆད་དེ་པོད་མེད་འབྲེལ་གྱིས་ཡོང་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་པས། སྤྱུ་པ་ཆ་ཆོན་གྱིས་ཀྱང་
ཡིག་རྟོག་གི་སྤྱད་ག་པའི་ཆད་ལ་འབྲེལ་རྒྱུ་པ་རིན་པོ་ཆེ་བ་ཞུགས་སྐབས་འབྲེལ་རྒྱུ་པ་དང་། ཡུལ་རྒྱལ་མོ་རིང་
པ་བཞག་པ་མ་ཟད། རྒྱལ་མོ་རིང་གི་ཡུལ་རྒྱུ་ཀྱང་ཆོས་རྒྱུས་ཀྱི་པོད་ཀྱི་བཟོ་རྩིང་ཞིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པ་གཟུར་
གནས་མཁའ་ལས་པ་དག་གིས་བརྟགས་ན་རྟོགས་བདེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱང་སྤོང་བཙན་པོད་གི་པོད་
ཀྱི་ཆོས་ལུགས་པོན་ཆོས་དར་ཆེ་བ་དང་། པོན་དཔོན་ཡང་མང་དུ་ཡོད་པ་དང་། བློ་སྤྲོད་ལྟུང་བཙན་དུས་ལོ་རྒྱུ་
བཆོན་པོ་བཟོར་ཤིང་ཅན་རྒྱལ་མོ་ཆོ་བའི་རིང་དུ་སྤྱུགས་ཏེ་ཤིང་རྒྱལ་མོ་རིང་དུ་ཕྱེས་སུ་རྒྱལ་མོ་རིང་ས་གནས་
ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མདོ་བཞེར་ནག་པོ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱལ་ས་ནི་གཟི་འགག་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་རྒྱལ་མོ་རིང་དུ་ཕྱེས་སུ་རྩེས་
ཆོ་རིང་དུང་འོད་གནས་སུ་བྱོན་ནས་ཁྲག་སྤྲུམ་མཆོམས་ལ་བཞགས་ཞེས་ཤིང་འོ་རྒྱམ་ཐར་དུ་གསལ། ཆོ་རིང་
དུང་འོ་ཞེས་པ་ནི་དུང་ཤར་དུང་འོ་དཀར་པོ་ཞེས་པ་ཡིན་སྟེ། དུང་རྒྱལ་མོ་རིང་ཡུལ་དུ། རབ་བྱུང་བཞགས་
ཡུལ་གྱི་དཔོན་པ་ཕྱག་བཀའ་ནས་དེ་ལ་ཞོར་བྱེད་ཞིང་ཞེས་མཆོན་གསོལ། རྒྱགས་པ་བཞགས་གནས་ཀྱི་དཔོན་
པ་བཞེངས་ཏེ་དེ་ལ་བློ་ཆུ་བདུད་འདུལ་ཞིང་ཞེས་མཆོན་གསོལ། དུས་དུང་ཤར་རྒྱལ་མོ་རིང་གིས་གནས་ཀུན་
ཏུ་ཤིང་འོ་རྒྱུ་པ་ཕྱག་སྐོམས་མཇུག་ཡོད། དུས་དེ་ཙམ་ནས་རྒྱལ་མོ་རིང་དུ་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དང་དཔོན་
པ་དར་འགོ་ཆུགས། དེ་རྩེས་འོ་མ་པོ་ཆོན་པོད་ཀྱི་བྱུང་མཐའ་ལག་གི་ཆོས་ལུགས་དང་དཔོན་པ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད།
ལེགས་པར་བསམས་ན་བློ་སྤྲོད་ལྟུང་བཙན་གྱིས་ཤིང་རྒྱུ་པ་ཞིང་ཡུལ་དེ་རང་གི་མང་འོ་ཁོངས་ཀྱི་མཐའ་ལོ་ཁོ་
ཅིག་ཏུ་ཡིན་པ་ལས་རྒྱལ་མོ་ལབ་གཞན་ཞིག་གི་ནང་དུ་གཏོང་སྤྲོད་མེད་པ་ནི་དེ་ཆོ་རིང་ལ་མང་རྒྱུ་པ་དང་རྒྱུ་པ་ཕྱིར་
བཅུག་སྤྲུམ་པ་དགོངས་པ་རྩིགས་རྩེས་སྐབས་དེ་འོ་རྩེ་པ་གཞུང་གིས་སྤྱན་གསལ་ལ་ཀུན་འཕེལ་དང་། ལྷང་
ཙན་བཟོན་ནམས་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀྱང་འཕུད་གཏོང་ཡུལ་པོད་ཀྱི་ཀོང་པོ་འོ་ཡུལ་ཡིན་ཡང་རྩེས་སུ་ཁོང་གཉིས་
ལ་གཞན་གྱིས་རོགས་སྐྱོར་འོ་ཁོ་རྟོག་ཏུ་རྒྱ་གར་དུ་བྱོས་བྱོལ་དུ་བྱིན་པ་རེད། རྒྱལ་ཁོངས་གཞན་ཞིག་ཏུ་

ཕྱིན་པ་ལ་བྱོས་ཏེ་ལམ་སྟོན་བཅུ་བཅུ་ཟེར་བ་དང་། རང་ཁོང་ས་སྐད་ལ་ལྟར་དུ་དང་སྐད་ལ་ཟེར་བ་འདི་ས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཀྱི་ལམ་སྟོན་འདི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་གསུག་ལ། འདི་འདྲི་སྟོན་ལ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གོ་བོད་རིགས་ཀྱི་མཁས་པ་འགའ་དང་། ས་གནས་གཞན་གྱི་མཁས་པ་དང་འགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གོ་བོད་རྒྱུས་དང་སྟོན་ཡིག་གི་སྟོན་ལ་གཟུར་གནས་ཀྱི་གསུང་ཚུལ་འགའ་མཐོང་པའི་ནང་དུ་འདྲ་ཞིབ་པ་བཀོད་གནང་འདུག།

ཀྱི་ལམ་སྟོན་པ་འདྲི་རིགས་ཡིན་པའི་སྟོན།

འདིར་བོད་ཀྱི་སྟོན་ཡིག་གི་བྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་ཤོད་སྐབས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གོ་བོད་རྒྱུས་དམིགས་པ་ཀར་གྱིས་ཤོད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་སྟེ་མ་ན། སྟོན་སྟོན་ཡིག་དང་ཆོས་ལུགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་མི་རིགས་ཤིག་དང་མ་འབྲེལ་བའི་སྟོན་ཡིག་དང་ཆོས་ལུགས་མེད་པ་ས་དེས་ཀྱང་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གོ་བོད་རིགས་སྟོན་ཤོད་འོས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྔ་པའི་ཕྱི་ནང་གང་དུ་འདྲ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གོ་མེན་མས་བོད་རིགས་ཡིན་མེན་སྟོན་ལ་བ་ཐེང་ཅམ་བྱུང་མྱོང་མེད་ཀྱང་། བར་སྐབས་ཤིག་ནས་དགོས་པ་དང་དགོངས་གཞི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་ཀྱང་མཁས་མིང་འདོན་པ་རེ་བྱུང་གིས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་བ་ནམས་ད་ལམ་བོད་རིགས་མེན་པར་མི་རིགས་གཞན་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་གྱི་ཐྱེད་ཕྱོགས་བྱུང་བ་རེད། གོ་ཐོས་སུ་མཁས་པ་དེ་ཆོས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གོ་ཡུལ་སྟོན་དང་། བོད་ཀྱི་སྟོན་སྟོན་གཏན་ནས་མི་མཁྱེན་ནའང་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གོ་ཡུལ་སྟོན་དང་བོད་ཀྱི་སྟོན་གཉིས་མི་འདྲ་བ་ཅམ་གོ་ཐོས་བྱུང་བ་དེ་རང་རྒྱ་མཚན་དུ་བཀོད་ནས་བཤད་པ་ལས་རྒྱ་མཚན་གཞན་གང་ཡང་བཤད་རྒྱ་བྱུང་མི་འདུག། སྟོན་བཅུ་མ་འདྲོད་པ་ཅམ་གྱིས་མི་རིགས་ཐ་དད་དུ་འདོག་དགོས་ན་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་མི་རིགས་དང་ཡིག་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་ནང་དུ་ཕན་ཚུན་སྟོན་སྟོན་མེད་ཆོ་བཅུ་མི་འདྲོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་ཀུན་གཞི་ནས་མི་རིགས་ཐ་དད་དུ་བརྩེ་དགོས་པ་ས་ད་ཅང་མ་ཐལ་ལམ། བོད་རིགས་ལ་ཆ་རྒྱུས་ཡོད་པའི་མི་སྤྱེད་ཞིག་ཀྱི་ལམ་སྟོན་དུ་སྐབས་ན་དེ་གའི་མི་དམངས་ཆོའི་བཟའ་ཆས་གཅི་བོ་མར་དང་ཅམ་པ། མོར་

ལྷག་གི་ཤ་དང་བྱུང་བྱེད་གཅི་བོ་ནི་ཇ་དང་། ནས་ཆང་སོགས་ཡིན་པ་དང་། ཞུ་གོས་ལྷམ་གསུམ་
སོགས་གྲོན་ཆའི་རིགས་དང་། གཡུ་བྱི་རུ་སྟོས་ཤེལ་གསེར་དངུལ་སོགས་ཀྱི་ལུས་རྒྱན་དང་། ཏུས་
ཆེན་གྱི་སྐབས་ཤོ་མོ་ནན་གཞོན་མེད་པར་གཟབ་སྟོས་དང་བཅས་མཉམ་དུ་འཛོམས་ཤིང་ཐང་དྲེལ་
དུ་ནས་ཆང་ཇ་མ་མང་པོའི་ཁར་ཁ་བཏགས་ཀྱིས་དྲེལ་གྱིས་ཤིང་། ནང་དུ་སོག་མ་ཁ་ཤ་ཤས་བཙུག་ཅིང་
ཆང་མཆོད་ཀྱི་བཤད་པ་མཁམས་པའི་མི་ཞིག་གིས་དང་པོ་ཆང་མཆོད་ཀྱི་བཤད་པ་བྱུབ་མཆམས་པོད་
རིགས་ཀྱི་ས་ཁྲལ་གང་སར་དར་བྱུབ་ཆེ་ཞིང་གནའ་རབས་པོད་ཀྱི་སྐར་བྱོལས་པ་ཤོ་མོ་མང་པོ་ལག་
སྟེལ་གྱིས་བྱོལ་བྲབ་པའི་ཞོར་ལ་ནས་ཆང་སྐར་འཐུང་བྱེད་བཞིན་རྒྱུན་རིང་བྱོལ་བྲབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྟོན་པོན་ལུགས་ཀྱི་དགོན་པ་དང་། དེ་མིན་ས་དགེ་རྒྱུད་གསུམ་དགོན་པ་ཁག་གི་
ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྟོན་སྒྲུ་ཆོགས་ཡོད་པ་མ་ཟད། མི་སེར་ཀུན་གྱི་བྱིམ་དུ་འང་རྟེན་གསུམ་ཡོད་
པ་དང་། དེ་དག་ལ་ཕྱག་སྐར་བྱེད་པ་མཆོད་མེ་སོགས་འབུལ་བ། མི་གི་རྒྱུ་སྲུང་དེའི་ཆེད་དུ་ཆོས་
ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྟོན་སྦྱང་། རང་གི་འཕྲོར་པར་དཔགས་ཏེ་འོ་དར་ཏེ་ཅང་མང་པོ་སྤར་ཏེ་རི་རྒྱུད་ཀྱང་
དུ་འཇུགས་པ་སོགས་མདོར་ན་ཆོས་འཛིན་རྟེན་གྱི་བྱེད་སྟོན་མཐའ་དག་པོད་རིགས་འབྲུལ་མེད་ཡིན་པ་
ཙམ་མ་ཟད། མིའི་མིང་དང་གོས་རྒྱན་དང་བྱེད་སྟོན་འགའ་ཞིག་ནི་སྤར་སྤྱང་བཅན་སྐྱམ་པོའི་གོང་པོད་
ལ་པོན་ཆོས་དར་བའི་སྐབས་མ་གཏོགས་ད་ཆ་པོད་རིགས་ཀྱི་ས་གནས་གཞན་དུ་རྒྱབ་སྟེ་མཐོང་དགོན་
པའི་རིགས་ཀྱང་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་རྒྱལ་མོ་འོང་གི་མི་ནམས་ཀྱི་པགས་པའི་མདོག་དང་། གདོང་
རུས་ཀྱི་དབྱིབས་རྒྱན་ཆད་ཀྱི་ཐོག་ནས་པོད་རིགས་འབྲུལ་མེད་ཡིན་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཙམ་མི་དགོས་པ་ཡིན་
ཡང་ཞིབ་འཇུག་མཁན་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དགོས་པ་དང་དགོངས་གཞི་བྱུང་པར་བ་རེ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཐབས་ལམ་
སྒྲུ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྟོན་དུ་མེད་པའི་པོད་རིགས་རྒྱལ་འོང་བ་ནམས་སྐད་ཀྱི་རྒྱུ་མཆན་ཙམ་ལ་བརྟེན་པོད་
རིགས་བྱིངས་ལས་ཁ་བྲལ་བཏང་སྟེ་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་མི་རིགས་ཆེ་གོ་མི་ཞིག་གི་མིང་དངོས་སུ་འདོགས་ཅིས་
ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་ཕྱི་རྒྱལ་ཙམ་དང་གནས་སྐབས་ཙམ་ལས་རྒྱལ་མོ་འོང་གི་མི་དམངས་རྒྱུད་པའི་པོད་མི་

གཉིས་པ་ནང་གསེས་ཀྱི་བྱང་པར་བཤད་པ་ལ་ཐོག་མར་དོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་ཆ་མས་རྒྱང་
 གྲོག་སྐབས་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་གྲོག་སྐངས་ཀྱི་བྱང་པར་ནི། ལྷ་ས་ཁུལ་གྱིས་མཚོན་པའི་དབྱས་ཁུལ་
 ཏུ། ཨ། ཨ། ཨ། ཨ། ཨ་བཞིའི་སྒྲ་གདངས་མི་འདྲ་ན་འདྲ་། མདོ་ཁམས་ཁུལ་གྱི་ས་གནས་མང་པོ་
 ཞིག་ཏུ། ཨ་དང་། ཨ་གཉིས་དབྱས་ཁུལ་གྱི་གྲོག་སྐངས་དང་བྱང་མེད་ཀྱང་། ཨ་དང་། ཨ།གཉིས་
 གྲོག་སྐངས་དབྱས་ཁུལ་དང་མི་འདྲ་བར་སྒྲ་གདངས་གཅིག་མཚུངས་རྟ་བུ་ཞིག་ལས་མི་ཡོང་། དེའི་
 རྒྱུ་གྱིས་མདོ་ཁམས་ཁུལ་གྱི་མིས་ཡིག་འབྲི་སྒྲོག་སྐབས་ཅིང་དག་ཆ་མི་ཤེས་པ་དག་གིས་ཞབས་ཀྱུ་དང་
 གི་གྲུ་ཞོར་བ་མང་པོ་མཐོང་དུ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། རིན་པོ་ཆེ་གཡུ་ལ། དཔྱེ་འབྲི་བ་དང་། གངས་ཀ་
 བརྩ་དུག་ལ། བཅི་དྲིག་འབྲི་བ་དང་། ཨ་ཁུ་ལ་ཨ་ཁི་འབྲི་བ་དང་། གངས་ཉི་ཤུ་ལ། ཉུ་ཤི་འབྲི་བ་
 དང་། འབྲི་བ་བསྐྱབ་པ་ལ། བསྐྱབ་པ་འབྲི་བ་སོགས་རྟག་ཏུ་མཐོང་དུ་ཡོད་པ་ནི་དོན་དུ། ཨ་དང་ཨུའི་
 སྒྲ་ལ་བྱང་མེད་པར་སྒྲོག་པ་དེས་ལན་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཐད་ལ་དབྱས་ཁུལ་གྱི་གྲོག་སྐངས་བཟང་བ་ཡིན།
 ཡང་དབྱས་ཁུལ་དུ་ཀ་དང་ག ཏ་དང་ད། པ་དང་བ། འ་དང་ག་སོགས་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་ཐ་དད་དུ་
 གྲོག་ཀྱང་། མདོ་ཁམས་ཁུལ་དུ། ཀ་དང་གའི་སྒྲ། ཏ་དང་དའི་སྒྲ། འ་དང་ཨའི་སྒྲ་ལ་བྱང་མི་ཐོན་
 པ་ཡིན། དེའི་དབང་གིས་ས་ཁུལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཀ་ཁ་ཕྱེས་དང་། ཀ་ཁ་བརྩམས་ཞེས་དཔྱེ་བ་དང་།
 འགའ་ཞིག་གིས། ཀ་བཟེད་དང་ག་རྒྱུམ། ད་རྒྱང་དང་ཏ་རྒྱུར། ཨ་ཆེན་དང་འཆུང་སོགས་ཀྱི་
 མིང་བཏགས་ཏེ་དཔྱེ་བ་འབྲེད་དཔོེས་བྱུང་། དེའང་དབྱས་ཁུལ་གྱི་གྲོག་སྐངས་བཟང་བ་ཡིན། རྩ་
 པ་བཞི་པ། པ་མ་བ་མ་བཞི་སྒྲོག་དུས་དབྱས་ཁུལ་དུ་ཐོག་མར་མཆུ་བརྩམས་པ་ཕྱེ་མ་ཐག་ཏུ་སྒྲ་ཐོན་

དགོས་པར་བྱ་མེད། མདོ་ཁམས་ཁྲལ་དུ་པ་དང་པ་མ་གསུམ་གྲོག་སྤངས་དབུས་ཁྲལ་དང་གཅིག་
མཚུངས་ཡིན་ཡང་། བ་གྲོག་སྤངས་མཚུངས་སུ་མི་བཅུམ་པར་ཡས་སོ་དང་མས་མཚུགས་སྤྱར་
ཏེ་དེའི་བར་ནས་སྤྱོད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་དབང་གིས་མདོ་ཁམས་ཁྲལ་གྱི་མིས་རྒྱ་ཡིག་དང་
ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་ཡིག་སྤྱོད་རྒྱལ་ལ། མི་སྤྱོད་སྤོས་ཀྱི་སྤྱོད་དཀར་ཆོག་མེད་པར་ཐོན་ཐུབ་ཀྱང་དབུས་ཁྲལ་
དུ་རྒྱ་ཡི་སྤྱོད་ཐོན་ཁག་ཅུམ་ཡོད་པས། རྩ་རན་སི་ལ་པ་རན་སི། རྩང་ཙེ་ལ་པང་ཙེ་སོགས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་
ཡིན། སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་དབུས་ཁྲལ་དང་ཁམས་ཁྲལ་དུ་པ་དང་། ལ་མདོའི་ཕྱོགས་སུ་བ་ཡིག་སྤྱོད་
མང་བ་ཡིན། ལ་མདོའི་ཕྱོགས་སུ་བ་སྤྱོད་འདུག་ཡུལ་མང་དགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་དཔེར་ན། པར་
ལ་བརྒྱ་དང་། པའ་ཆེན་ལ་བའ་ཆེན། པད་མེ་ལ་བད་མེ། པད་མ་འབྲུང་གནས་ལ་བད་མ་འབྲུང་
གནས་ཞེས་པའི་སྤྱོད་སོགས་ཐོན་ཡང་འབྲེ་དུས་མི་ཞོར་མོད། གྲོག་དུས་པ་ལ་ཆེར་པ་ཡིག་མི་དགོས་པ་
ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེ་མིན་ན་དང་པའི་སྤྱོད་དབུས་ཁྲལ་གྱི་གྲོག་སྤངས་གསལ་ཅུམ་དང་། མདོ་ཁམས་
ཕྱོགས་ཀྱི་ས་གནས་འགའ་ཞིག་གི་སྤྱོད་ཅུམ་གསལ་པེ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

དེ་ཡན་རྒྱུང་གྲོག་གི་སྤངས་ཀྱི་སྤྱོད་གདངས་ཀྱི་བྱུང་པར་དང་། སྤྱིར་གྲོག་གི་སྤངས་ལ། དཀར་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་གྲོག་ཕྱེད་སྤངས་དབུས་ཕྱོགས་སུ། ད་འོག་ཀར་དཀར་ཞེས་བཟོད་པ་དང་། མདོ་
ཁམས་ཕྱོགས་སུ། དཀར་བཞག་དཀར་ཞེས་བཟོད། དེའི་བྱུང་པར་ནི་དབུས་ཁྲལ་དུ་རྩོན་འདུག་
ད་ཡི་འོག་ཏུ་ཀ་དང་ར་གནས་པར་དཀར་ཞེས་དང་། མདོ་ཁམས་ཕྱོགས་སུ་རྩོན་འདུག་ད་དང་མིང་
གཞི་ཀ་ཡི་མཐར་རྩེས་འདུག་ར་ཡིག་བཞག་པར་དཀར་ཞེས་གྲོག་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་པས། བྱུང་
པར་ནི་དབུས་ཁྲལ་གྱི་འོག་དང་། མདོ་ཁམས་ཕྱོགས་སུ་བཞག་ཅེས་པའི་བྱུང་པར་ཅུམ་ཡིན། གྲོག་
སྤངས་དེ་གཉིས་ནི་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་ཅུམ་ལས་བཟང་ཞན་གྱི་བྱུང་པར་མེད། འོག་ཅེས་པ་དང་། བཞག་
ཅེས་པ་གཉིས་ཀ་མེད་པར། དཀར་དཀར་ཞེས་བཟོད་ན་སྤངས་བདེ་སྟུམ། ཡང་རྩོན་འདུག་མེད་
པར་སྤྱིར་གྲོག་སྤངས་དབུས་ཁྲལ་དུ། ལ་ག་ལག་དང་ལ་ག་ས་ལགས་སོགས་བཟོད་པ་དང་། མདོ་

ཁམས་ཕྱོགས་སུ། ལ་ག་བཞག་ལག་དང་། ལ་ག་ས་བཞག་ལགས་སོགས་ལྟོག་པ་ཡིན་པས་དེ་སྐབས་
དབུས་ཁུལ་གྱི་ལྷོག་སྒངས་སྐབས་བདེ་ཙམ་ཡིན།

གོང་དུ་བྱུར་ཙམ་བཤད་པ་ལྟར་དབུངས་བཞིའི་སྒྲ་གདངས་ཀྱི་བྱང་པར་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་
བཞིན་དབུངས་བཞི་གང་རུང་སྒྱུར་ཏེ་སྒྲིབ་ལྟོག་གི་སྐབས་དབུས་ཕྱོགས་སུ་གསལ་ཙམ་ཡོད་པ་དཔེར་
ན། ཁིང་དང་ཁང་། ལགས་དང་ལེགས། བཞི་དང་བཟུ་སོགས་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་གཏན་ནས་མི་འདྲ་
ན་འདྲ་། མདོ་ཁམས་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་གནས་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་དེ་ཆོའི་སྒྲ་གདངས་ལ་བྱང་པར་མེད་པ་ལྟར་
ཡིན། དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་རྒྱ་ཡིག་“ཀ”ཞེས་པ་དབུས་ཕྱོགས་སུ་ཤོད་སྐད་དུ་“ཁུལ་”ཞེས་བསྒྱུར་བ་དང་།
ཨ་མདོ་ཕྱོགས་སུ་སྒྲ་བསྒྱུར་བྱས་པར། ཀྱིག་ཅེས་བྲིས་པ་དང་། དབུས་ཕྱོགས་ནས་གལ་ཏེ་སྒྲ་སྒྱུར་
བྱེད་ཆེ་ཀྱུ་ཞེས་པར་འབྲིངས་ཡིན། ཀྱིག་དང་ཀྱུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་ནི་གཏན་ནས་མི་འདྲ་ཡང་།
གལ་ཏེ་ཨི་དང་ཨུའི་སྒྲ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པ་བྱེད་མ་བྱུབ་ཆེ་གང་བྲིས་ཀྱང་འབྲིག་པའི་སྐར་བ་འཆར་བ་ཡིན།
དེས་ན་དབུངས་བཞི་རྒྱུང་པའི་སྒྲ་གདངས་དང་། དེ་དག་གསལ་བྱེད་ལ་སྒྱུར་བའི་སྒྲིབ་ལྟོག་གི་སྒྲ་
གདངས་བཅས་ནི་དབུས་ཁུལ་གྱི་ལྷོག་སྒངས་བཟང་བ་ཡིན།

ཡང་རྩོན་རྗེས་མིང་གསུམ་སྒྱུར་ཏེ་ལྟོག་པ་དཔེར་ན། མཆོ་དང་ཆོ། མགོ་དང་འགོ། བཅད་
དང་ཅད་སོགས་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་ཐད་དུ་ཐོན་དགོས་པ་ཞིག་ངས་པར་ཡིན་ཡང་དབུས་སྐད་དུ་སྒྲ་གདངས་
གཅིག་ལས་མི་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་གསལ་བྱེད་སུ་མ་ཚུའི་རྩེ་པ་བཞི་པ་རྒྱུང་ལྟོག་
སྐབས་དབུས་ཁུལ་དུ་མཆུ་བཅུ་མས་ནས་ལྟོག་ཀྱང་། དེ་ནམས་རྩོན་འཇུག་ཏུ་འགོ་སྐབས་དབུས་ཁུལ་
ནས་མཆུ་བཅུ་མས་ཏེ་ལྟོག་མི་བྱུབ་པའི་ཞན་ཆ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། མགོ་དང་འགོ། གོ་བགོ་སོགས་ལ་
བྱང་མེད་པར་ལྟོག་པ་དང་། ཡང་དབུས་ཁུལ་དུ་མགོ་ཅན་སྒྲ་སྒྱུར་ལ་ཡང་། ས་མགོ་དང་ར་མགོ་
ལ་མགོ་བཅས་ལ་འདྲ་བྱང་མེད་པར་ལྟོག་པའི་ཞན་ཆ་ཡོད། ད་དུང་དབུས་ཁུལ་དུ་རྩེས་འཇུག་ད་དང་།
ས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་གཅིག་ལས་ཐོན་མི་བྱུབ་པས་དེ་གཉིས་པོ་ཚུན་ནོར་བའང་ཅུང་མང་བ་ཡིན།

དཔེར་ན། ས་བཅད་ལ་ས་བཅས་ཞེས་འབྲི་བ་སྟོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། ཡང་ལྟ་ས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕལ་སྐད་ལ་
ར་འདོགས་ཀྱི་སྒྲ་འགའ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན། དེའང་ར་འདོགས་ཡོད་ཆད་མེད་པ་མིན་ཞིང་། རྩེ་པ་
བཞི་པའི་པ་དང་། ས་དང་། བ་བཅས་ཀྱི་ར་འདོགས་འགའ་ཞིག་མེད་པ་དཔེར་ན། སྤྲ་དང་སྤྲེལ་
ལ། སྤྲ་དང་སྤྲེལ་ཟེར་བ་དང་། སྤྲ་པོ་ལ། སྤྲ་པོ་དང་། སྤྲེལ་ལད་ལ། སྤྲེལ་ལད་དང་། ཞོ་འོ་
སྟོགས་ཀྱི་སྤྲེལ་མ་ལ། སྤྲེལ་མ་དང་། དཔལ་སྟོང་ལ། དཔལ་སྟོང་དང་། སྤྲར་བྱེད་ཀྱི་སྤྲེན་ལ། སྤྲེན་
ཞེས་པ་ཡ་འདོགས་ཀྱང་མེད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་བྲང་ཁོག་ལ། བང་ཁོག་དང་། བྲག་རི་ལ། བྲག་
རི་དང་། བྲག་དཀར་ལ་བྲག་དཀར་དང་། བྲེག་དང་། བེ་གང་དང་། འབྲི་ཞོ་ལ། འབྲི་ཞོ་དང་།
འབྲས་སྤྲངས་ལ། འབྲས་སྤྲངས་དང་། འབྲས་ལ། འབྲས་དང་། གཉིད་བྲོ་བ་ལ། གཉིད་བྲོ་བ་
དང་། བྲད་བྲད་གཏོང་བ་ལ། བད་བད་གཏོང་བ། འབྲོག་པ་ལ། འབྲོག་པ་དང་། སྐྱག་ནས་བྲོས་
པ་ལ། བོས་པ་དང་། སྐྱ་གུར་ལ། སྐྱ་གུར་དང་། སྤྲོ་ལ། སྤྲོ་དང་། སྤྲུ་གུ་ལ། སྤྲུ་གུ་འཕམ་བུ་གུ།
ཆོང་ཐོག་བྲིན་པོ་ལ། བེན་པོ་སྟོགས་ཟེར་བ་དང་། ཡང་རྩེ་པ་བཞི་པའི་པ་དང་། བ་དང་། ས་བཅས་
ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་རྩེ་འགའ་ཞིག་གི་གྱི་རྩེ་ར་འཛོད་པ་དཔེར་ན། གུར་ཕུབ་པ་ལ། གུར་ཕེབ་དང་། བྱ་
ག་ཕུག་པ་ལ། བྱ་ག་ཕེག་དང་། རྒྱང་ཕུང་བཏང་བ་ལ། རྒྱང་ཕེད་བཏང་བ་དང་། རྒྱང་པའི་ཕུས་མོ་
ལ། པེས་མོ་ཟེར་བ་སྟོགས་ཀྱི་སྟོན་ཡོད། འོན་ཀྱང་དག་ཆ་ཤེས་མཁན་ཆོས་འབྲི་དུས་མི་ཞོར་ཡང་།
འབྲི་ལྟོག་ཤེས་ཅམ་ལས་དག་ཆ་མེ་ཤེས་མཁན་ཆོས་འབྲི་དུས་ཀྱང་ཞོར་སྤོང་པ་ཡིན། མདོ་ཁམས་
ཕྱོགས་དང་ལྷག་པར་རྒྱལ་མོ་རོང་དང་འབྲོག་ཁུལ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་མགོ་ཅན་སེ་སེའི་སྒྲ་གདངས་དང་
། རྩོན་འཇུག་ལྗེའི་སྒྲ་གདངས་སོ་ཤ་ཡན་རྩོན་མ་འདྲེས་པར་གསལ་བར་ཐོན་པ་ཡིན། དཔེར་ན་རྒྱལ་
རོང་གི་སྐད་དུ་ཨ་སྐྱབས་ཞེས་འཛོད་དུས་སྐྱབས་ཀྱི་ས་མགོའི་སྒྲ་དེ་གསལ་བར་ཐོན་པས་མིང་དེ་རྒྱ་
ཡིག་ཏུ་འབྲི་སྐབས་“ཨ་སི་ཅའ” ཞེས་འཛོད་པ་སྟོགས་ལྟ་བུ་མང་དུ་ཡོད། ཡང་ཁམས་ཀྱི་རྩེ་དགེ་
སྟོགས་སུ་ན་རོའི་སྒྲ་སྟོར་ལྟོག་སྐབས་འགྲང་བྱའི་སྒྲ་ལས་མི་ཐོན་པའི་ཞན་ཆ་ཡོད་པ། དཔེར་ན། དགོན་

པ་ལ་དགོན་པ་དང་། མགོན་པོ་ལ་མགོན་པོ། དཔོན་པོ་ལ་དཔོན་པོ་སོགས་སྒྲིག་པ་ཡིན། འདི་འབྲུག་
ལ་སི་དུ་པཱ་ཆེན་གྱི་འགྲེལ་ཆེན་དུ་འདྲ་།

“ཁམས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་འགྲེལ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་དུ་མི་
འབྱུང་བ་དང་། འགྲེལ་ཆེན་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
དག་པར་འདོན་པ་མང་ཞིང་། དེས་ཡིག་འབྲི་བ་ན་འདྲུང་མ་དག་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།” ཞེས་
གསུངས་པ་དང་། ཡང་ཁམས་ཁུལ་གྱི་འབྲི་སྒྲིག་དུང་པའི་གཞན་ས་གནས་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་རྒྱུ་ལྟུང་གི་
ང་ཡི་མིང་གང་རུང་ལ་ན་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
ཐོངས་རི་སོགས་འབྲི་བ་ཡིན།

གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
པར་འགྲེལ་ཆེན་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་

འདིར་འགྲེལ་ཆེན་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
ཆོ་བ་མཐོན་པའི་སྤྱོད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
རྟོགས་དག་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་མཁུན་པའི་མཁུན་པ་དང་དག་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་དུ་ཆུག་ཀྱང་། བོད་མི་
ཕལ་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
དུ་ཡོད་པ་གོང་དུ་སྤྱོད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
འགྲེལ་ཆེན་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
ནི་རྟོགས་ཀྱི་བོད་རྒྱ་དག་པ་ཉིད་ལ་བོད་པའི་སྤྱོད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་ཐ་དད་ཆུང་ལ་
པས། རྒྱ་ལ་འཕྱུག་ཆེན་སོགས་ཀྱི་ཐུར་གསལ་བ་མེད་ན་ཡིག་ལ་དེ་ལྟར་ཐོབ་པ་ལྟ་མཆན་གང་ཞིག་
གིས་རྟོགས་པར་རུས།

དེས་ན་གནའ་པོའི་དུས་སུ་ཡིག་མྱོག་ཙམ་དུ་མ་བྱད། བོད་རྒྱུ་ཉིད་ལ་འང་སྐྱ་བུར་ཐམས་ཅད་
མ་ཉམས་པར་འདོན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ངེས་ཀྱང་། དེང་སང་བོད་ཡུལ་དུ་སྤུས་དང་མཐའ་འཁོབ་ཡལ་
ཆེར་ལ་རང་རྒྱུ་དང་ཡིག་མྱོག་གཉིས་ཀར་སྐྱ་དག་པར་འདོན་པ་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མཁས་པའི་
ཁྲིད་ནའང་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་རྩིབ་དག་ཕྱིན་མྱོག་ཚུལ་དེ་དང་ངེས་པར་བརྟེན་མི་དགོས་པར་བསམས་
པའམ། རྩིབ་སྦྱོར་ནི་ཡིག་འབྲི་བའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི་བཟོ་བྱེད་པའི་དབང་དུ་མ་བརྟེན་པའམ། མྱོག་
ཚུལ་ཡིག་རྩིབ་དང་བརྟེན་དགོས་ཀྱང་ཕྱོགས་ཙམ་ལས་ཡིག་རྩིབ་ཇི་ལྟ་བུར་སྐྱ་བུར་བོན་པ་ནི་སྤར་ཡང་
མ་བྱུང་ཞིང་ད་ལྟ་ཡང་འདོན་པར་མི་རྒྱས་སོ་སྟམ་པ་མང་དུ་ཡོད་པར་དོགས་པ་དང་། ལེགས་སྦྱར་
ཀྱི་རྒྱུ་ལའང་། གངས་ཅན་གྱི་བདེ་སྟོད་ཤེས་པར་ཚོམ་པ་ཕྱིས་བྱུང་ནམས་ཀྱིས་སྤགས་ཀྱི་མྱོག་ཚུལ་
ཞེས་བདེ་སྟོད་ཀྱི་གཞུང་དང་གཏན་འགལ་བ་རེ་ལ་ཡིད་བརྟན་འཆའ་ཞིང་དབྱངས་གསལ་གྱི་མཆམས་
སྦྱོར་ལས་བྱུང་བའི་ནམ་འགྲུར་དེ་ནམས་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱབས་སུ་མ་གཏོགས་བཟོ་བྱེད་པ་ལ་ཇི་ལྟ་བུར་
སྦྱོར་མི་རྒྱས་སྟམ་པར་འདུག་པ་ནི་ཡ་ཆའོ། །དེ་བས་ན་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱ་དག་པར་བསྐྱུག་མ་ཤེས་པའམ་
མ་རྒྱས་ནའང་། མྱོག་ཚུལ་དག་པ་མེད་དོ་ཞེས་བཟོ་བྱེད་པར་མི་བྱའོ།།”

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་བཟོ་བྱེད་པ་ནམ་པར་དག་མིན་ནི་གལ་ཆེན་དུ་བརྩི་དགོས་པ་ལས་དེ་ལ་ཅི་
མི་སྟམ་པའམ། ཡང་ན་ས་ཁུལ་སོ་སོའི་རང་རྒྱུ་ཁོ་ན་མཆོག་ཏུ་འདོན་ཅིང་གཞན་པ་དག་ཡང་མ་
དག་པར་ལྟ་བ་སོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མ་རྩུང་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བོད་ཀྱི་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྤྱི་
རྒྱུ་དང་། ཉང་གསེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་བཅས་པ་མདོ་ཙམ་བསྟན་ཟིན་ཏོ།།

འཕྲོ་དུས་དེབ་རྩིས་མར་གཟིགས།

༡༡། རྟོན་པས་གསུངས་པའི་ཆེད་དུ་བརྟེན་པའི་ཆོས་སེམས་བྱ་བ་ བཞུགས་སོ།།

ལེའུ་བཞི་པ། བག་ཡོད་པའི་ཆོས་སེམས་

བག་ཡོད་འཆི་མེད་གནས་ཡིན་ཏེ། བག་མེད་པ་ནི་འཆི་བའི་གནས། བག་ཡོད་འཆི་བར་མི་འགྱུར་ཏེ།
 བག་མེད་པ་ནི་ཉག་ཏུ་འཆི། དེ་ཡི་ཁྱད་པར་དེ་རིག་པས། མཁས་པ་རྣམས་ནི་བག་དང་བཅས། བག་
 ཡོད་པ་ལ་རབ་དགའ་བ། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཡུལ་དགའ་བ་ཡིན། དེ་ལ་རྒྱུན་དུ་བརྟོགས་པ་དང་། ཉག་
 ཏུ་པ་རོལ་གཞོན་བརྟན་པའི། བརྟན་པས་བྱ་བ་བདེ་བླ་མེད་པ། བྱ་བ་རྟོན་པས་ལ་རིག་པ་ཡིན། གང་
 ཆོ་མཁས་པས་བག་ཡོད་པས། བག་མེད་བཅོམ་པ་དེ་ཡི་ཆོ། ཤེས་རབ་ཁང་བཟང་རྟེན་འཛུགས་ནས།
 བྱ་བ་རྟོན་པས་གདུང་བཅས་དང་། བརྟན་རྣམས་རི་བོའི་རྒྱུད་གལས། ས་རྟེན་གྱིས་པ་རྣམས་ལ་
 བཟ། བརྟོན་འགྲུས་དང་ནི་བག་ཡོད་དང་། ཡང་དག་རྩིས་དང་དུལ་བ་ཡིས། མཁས་པས་རྟེན་དུ་
 བྱས་ནས་ནི། རྒྱུ་ཤི་ཆོན་པོ་མངོན་དུ་རྒྱོག། བརྟོན་འགྲུས་ལྷན་ཁིང་བྱ་དང་ལྷན་པ་དང་། རྒྱུད་པ་
 གཙང་ཁིང་བརྟགས་ནས་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་རྩིས་དང་ཆོས་ཀྱིས་འཆོ་བ་དང་། བག་ཡོད་རྣམས་
 ཀྱི་གྲགས་པ་མངོན་པར་འཕེལ། རྟག་པའི་སེམས་ལ་བག་བྱ་རྟེ། རྟུབ་པའི་རྟུབ་གཞི་རྣམས་ལ་བསྐྱབ།
 རྟེན་ནི་ཉག་ཏུ་བྱ་དྲན་པའི། རྒྱུད་པ་བྱ་བ་རྟོན་པ་ཡིན། དམན་པའི་ཆོས་ལ་མི་རྟོན་ཅིང་། བག་

མེད་པ་ལ་བཏམ་མི་བྱ། །འོག་པར་ལྟ་ལ་འདོད་མེད་དང་། །འཇིག་རྟེན་འཕྲེལ་བར་མི་བྱའོ། །འཇིག་
རྟེན་པ་ཡི་ཡང་དག་ལྟ། །ཆེན་པོ་སྤུ་ལ་ཡོད་གྱུར་པ། །དེ་ནི་ཆེད་བས་སྤོང་དུ་ཡང་། །ངན་འགྱོར་འགྲོ་
བར་མི་འགྱུར་རོ། །བག་མེད་པ་ལ་སྦྱོར་བྱེད་པ། །སྦྱོལ་བྱིས་པ་བསམ་བརྒྱག་ཡིན། །ཆོང་དཔོན་ནོར་
རྒྱལ་སྤྱང་བ་ལྟར། །མཁའ་པས་བག་དང་ཐུན་པར་བྱ། །བག་མེད་པ་ལ་མི་སྦྱོར་ཁིང་། །འདོད་ལ་
དག་འབ་མིག་སྟོན་དང་། །རྟག་ཏུ་བག་ཡོད་སྟེམས་བྱེད་པ། །ཟག་པ་ཟད་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཟག་
པ་ཟད་པ་མ་ཐོབ་ཀྱང་། །དུས་འདིར་བག་མེད་མི་བྱ་སྟེ། །རི་དྲགས་མ་ཡིན་སེང་གེ་ལྟར། །བག་མེད་པ་
དག་བསད་པར་འགྱུར། །བག་མེད་པ་རོལ་བྱུང་མེད་རྟེན་བྱེད་པའི། །མིག་ང་ཡིད་ལ་གནས་སྐབས་འདི་
བཞིན་བྱུང་། །བསོད་ནམས་མི་འཕྲོ་བདེ་བར་མི་ཉལ་དང་། །གསུམ་པ་སྤྱད་འགྱུར་བཞིན་དུ་ལ་བར་
འགྱུར། །བསོད་ནམས་མ་ཐོབ་རྒྱུ་པའི་འགྲོ་བ་དང་། །འཇིགས་དང་བག་ཆ་རྩལ་ཅིག་བདེ་བ་ཆུང་།
།རྒྱལ་པོ་འཆད་པ་ཆེན་པོས་གཙོད་འགྱུར་ཁིང་། །ལུས་ཞིག་སྟེམས་ཅན་དུ་ལ་བ་རྒྱལ་སྤུ་འཕྲོད། །གང་
ཁིང་བདག་བདེ་ལྟ་འདོད་པ། །དེས་ནི་གོང་མ་བཞིན་དུ་བྱ། །བྱིས་པའི་ཁིང་ཏེ་བཞིན་འགྱུར་པས། །བཏམ་
པས་བརྩོན་འགྲུས་ཞན་མི་བྱ། །དཔེར་ན་བྱིས་པའི་ཁིང་ཏེ་དག་ །ལམ་ཆེན་བཟང་པོ་པོར་ནས་སྤྱ། །ལམ་
ངན་དག་ཏུ་འགྲོ་བྱེད་པས། །མིག་ཆགས་སྟེམས་ཁོང་ཆུང་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཆོས་ནི་སྤངས་ནས་ཀྱང་།
།ཆོས་མིན་རྗེས་སྤུ་འཇུག་བྱེད་པའི། །བྱིས་པ་འཆི་བདག་དབང་འགྲོ་ཁིང་། །མིག་ཆག་བཞིན་དུ་བཅོམ་
པ་འཕྲོག། །གང་ཞིག་བྱ་བ་རྒྱལ་སྤངས་ནས། །མི་བྱ་བ་དག་བྱེད་པ་དང་། །བག་མེད་པ་ཡིས་རྩོམ་
བྱེད་པ། །དེ་དག་རྒྱལ་སྤྱོད་ལ་འཕྲེལ། །གང་གིས་ཟག་པ་འཕྲེལ་འགྱུར་པ། །དེ་ཡི་ཟག་མེད་རྒྱང་
མ་ན། །གང་ཞིག་ལུས་གཏོགས་བྱེད་པ་དག་ །རྟག་ཏུ་འཇགས་པར་བརྩམས་པ་དང་། །བྱ་བ་མ་ཡིན་མི་
བྱེད་ཅིང་། །རྒྱན་དུ་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། །འདྲ་དང་ཤེས་བཞིན་ཐུན་པ་དེའི། །ཟག་པ་རྒྱལ་སྤོང་ཟད་པར་
འགྱུར། །གང་གི་ཟག་པ་ཟད་གྱུར་པ། །དེ་ནི་ཟག་མེད་ཐོབ་པ་འགྱུར། །ཇི་ཅམ་མང་དུ་སྦྱོར་བྱེད་པ། །དེ་
དག་དམ་ཆོས་འཛིན་མ་ཡིན། །གང་དག་འདི་ན་ཐོས་ཕྱང་ཡང་། །ལུས་ཀྱིས་ཆོས་དག་མངོན་སུམ་བྱས།

ལྷ་པ་རྣམས་ལས་ཐུང་སྟེ། ལྷ་པ་རྣམས་ལས་འཛིགས་པ་སྟེ། ལྷ་པ་དག་ནི་རྣམ་སྤངས་ན།
 ལྷ་པ་མེད་ཅིང་འཛིགས་པ་མེད། ལྷ་གྲུ་མ་ལས་ཐུང་སྟེ། ལྷ་ལས་ལྷ་པ་སྤེལ་ལྷ་ལས་འཛིགས།
 ལྷ་གྲུ་མ་དག་གཞན་གྱིས་ན། ཡི་ལྷ་པ་འགྱུར་བ་ཐོབ་པར་བྱེད། འཛིག་ཏེན་ལྷ་པ་སྤེལ་རྣམ་པ་དྲུ་
 མ་དང་། ལྷ་པ་སྟེ། ལྷ་པ་འདོན་པ་ཇི་ཏེད་པ། དེད་ག་ལྷ་པ་དག་ལས་ཏེན་ཏེ་འགྱུར། ལྷ་པ་སྤངས་
 བ་དེད་ག་ཡོད་མི་འགྱུར། གང་ལྷ་པ་འཛིག་ཏེན་འགའ་མེད་ལྷ་པ་མེད་པ། གང་ཡིན་དེད་ག་བདེ་ཁོང་
 ལྷ་པ་མེད། དེ་བས་གདུང་མེད་ལྷ་པ་བྲལ་དོན་གཏིར་བས། རྣམ་ཡང་ལྷ་པར་བྱེད་པ་མི་བྱེད། ལྷ་
 པ་མ་མཐོང་ལྷ་པ་སྤེལ་ལ། མི་ལྷ་པ་མཐོང་ན་འདེད་པ་ཞིན་པས། རྣམ་ཡང་ལྷ་པ་དང་སྤང་མི་བྱ། མི་
 ལྷ་པ་དང་ཡང་སྤང་མི་བྱ། ལྷ་པ་དང་ནི་བྱེད་པ་དང་། མི་ལྷ་པ་དང་སྤང་པ་ཡིས། གང་གིས་མི་
 དག་གས་བྱེད་པའི། ལྷ་པ་མི་བཟད་སྟེ་བར་འགྱུར། ལྷ་པ་གི་བར་གྱིས་པ་ན། གཏིན་འདུན་མཛོད་
 བཤེས་མང་པོ་དག །ཡུན་རིང་དུས་སུ་ལྷ་པ་དང་། ལྷ་པ་དང་བྲལ་བས་ལྷ་པ་སྤེལ་འགྱུར། གང་ལ་
 ལྷ་པ་དང་ལྷ་པ་མིན་མེད། དེ་ལ་མདུད་པ་ཡོད་མིན་པས། དེ་རྣམས་ལྷ་པ་ཏིང་ཏིང་ཅན་ལ། ལྷ་པ་

བྱེད་པ་མི་བྱེད། རྒྱལ་ལ་བརྩམས་ཏེ་དོན་བཏང་ནས། བདེ་སྦྱོར་རྣམས་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། བདག་ཉིད་
མི་བདེ་ལེ་སྦྱོར་ཐོན་དག། བདེ་སྦྱོར་དོན་ཐོན་རྣམས་ལ་སྒྲིམ། གཟུགས་རྒྱལ་བདེ་བས་བརྩམས་པ་དག
ལྟ་མི་སོ་སོའི་རིས་དག་ཏུ། རྒྱལ་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོངས་ཉམས་ནས། ཀླད་འཆི་བའི་དབང་དུ་འགྱུ་གང་
ཞིག་ཉིད་དང་མཚན་རྣམས་སྟུ། བག་ཡོད་གཟུགས་རྒྱལ་སྤོང་བྱེད་པ། འིས་ནི་སྤང་དགའ་བདུད་ཟས་
དང་། རྒྱལ་པའི་ཚ་བའང་བྱངས་ནས་སྤྱང་། འེགས་མིན་འེགས་པའི་ཚུལ་དང་ནི། རྒྱལ་མིན་རྒྱལ་
པའི་ཚུལ་གྱིས་དང་། རྒྱལ་བརྒྱལ་བདེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྟུ། བག་མེད་རྣམས་ནི་མངོན་དུ་འཛོམས། གལ་
ཏེ་བདག་ལ་དགའ་བྱེད་ན། ཉེས་པར་བྱེད་པས་བདེ་བ་དག། བདེ་སྒྲགས་ཁོར་ནར་མི་འཐོབ་པས། འདི་
ནི་རྒྱལ་ལ་གཞུག་མི་བྱ། གལ་ཏེ་བདག་ལ་དགའ་བྱེད་ན། འེགས་པར་བྱེད་པས་བདེ་བ་དག། བདེ་
སྒྲགས་ཁོར་ཐོབ་འགྲུར་བས། འདི་ནི་རྒྱལ་ལ་གཞུག་མི་བྱ། དཔེར་ན་དགོན་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་དག། བརྟན་
པའི་འོ་བས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་ལྟར། གལ་ཏེ་བདག་ལ་དགའ་བྱེད་ན། འདི་ནི་བསྐྱོར་བས་འེགས་པར་བསྐྱོང་།
གལ་ཏེ་བདག་ལ་དགའ་བྱེད་ན། ཐུན་གསུམ་གང་ཡང་རུང་བ་ལ། མཁས་པས་མེལ་ཆེ་བྱ་བ་ཡིས།
འདི་ནི་སྤང་བས་འེགས་པར་སྒྲ། དཔེར་ན་དགོན་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་དག། བྱིན་སྐྱོང་བར་བྱེད་པ་ལྟར།
དལ་འཕྱོར་རྒྱུ་ནི་ཆོ་ཐོས་པ། དེ་ལྟར་བདག་ནི་བསྐྱོང་བར་བྱ། མེམས་ཅན་དཔུལ་བར་སྦྱེན་ཡང་།
དལ་འཕྱོར་ཐལ་བས་འཕྱོད་པར་འོང་། རྒྱུགས་རྣམས་ཀྱན་ཏུ་མེམས་ཀྱིས་ཡོངས་བརྟགས་ཀྱང་། འ
བདག་ལས་ཆེས་རྒྱལ་འགའ་ཡང་མ་མཐོང་བས། དེ་ལྟར་སོ་སོར་གཞན་ལ་འང་རང་རྒྱལ་པས། དེ་
བྱིར་བདག་དགས་གཞན་ལ་གཞོད་མི་བྱ། ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྤྱོད་འདི་རྒྱལ། ཐམས་ཅད་ཆད་པས་
འཛིགས་པ་ན། རང་གི་ཉམས་ལས་དཔག་གིས་ཏེ། བརྟག་པར་མི་བྱ་གསད་མི་བྱ། རྒྱང་ཐག་བཅད་
པར་སྦྱགས་པའི་མི། རིང་ནས་ཉེ་ཞི་མེད་འོངས་ན། གཉེན་བཤེས་མང་འཁོར་གྱིས་ནས་སྟུ། ཨ་ལ་
ལ་དེས་མངོན་པར་དགའ། དེ་བཞིན་བསོད་ནམས་བྱས་པའི་མི། འཛིག་ཉེན་འདི་ནས་པ་ལོ་ལྟ། བྱིན་
ཆོག་ཉེན་བཞིན་བསོད་ནམས་དག། འོངས་ནས་མངོན་པར་དགའ་བར་བྱེད། དེ་བས་འཛིག་ཉེན་པ་

རོལ་གྱི། ཆོད་དུ་བཤོད་ནམས་བསགས་པར་གྱིས། བཤོད་ནམས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ། ལུས་ཅན་
ནམས་ཀྱི་གནས་སུ་འགྱུར། གང་ཞིག་ལེགས་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་པའི། དགོ་ལ་ལྟ་ནམས་བཤོད་པར་བྱེད།
འདི་ནའང་སྒྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ལ། མཐོ་རིས་སུ་ཡང་དགའ་བཅོམ། ཆོས་གནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཕུན་
སུམ་ཆོག་ས། འོ་ཆ་ཤེས་ཤིང་བདེན་པར་སྒྲུ། རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ། སྦྱོ་བྱ་གཞན་ནམས་དགའ་
བར་བྱེད། རང་གི་དོན་ནི་བྱེད་པ་ལས། འདི་ལྟར་གཞན་ནམས་དགའ་འགྱུར་ཁིང། མཐོང་བའི་
ཆོས་ལ་བརྟུགས་པ་དང་། ཤ་རོལ་དུ་ཡང་བདེ་འགྱོར་འགྱུར། གཏམ་ན་གནང་བའི་ཆོག་སྒྲུབ་དང་། མི་
རིགས་སྤྱོད་ལས་བརྒྱུ་པ་ལ། དམ་པ་ནམས་ཞི་དགའ་བར་བྱེད། དམ་པ་མ་ཡིན་དགའ་མི་འགྱུར།
དེ་བས་མཆོག་དང་མཆོག་མེན་པ། ཤི་འཕྲོས་བྱལ་བར་གྱུར་པ་ན། དམ་པ་མ་ཡིན་དཔལ་བར་འགྱོ།
དམ་པ་མཐོ་རིས་འགྱོ་བར་འགྱུར། རྟུག་པའི་ཆོས་ཏེ་ལྟ་པའོ། །

ལེའུ་དུག་པ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆོས་ས།

བརྟུགས་པར་འགྱུར་དང་ཞོར་འཕྲོབ་དང་། ཤ་རོལ་བདེ་འགྱོར་དགའ་འགྱུར་བའི། བདེ་བ་གསུམ་པོ་
དོན་གཉེར་བའི། མཁས་པས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་བར་བྱ། འཕགས་དང་མཐོང་བ་ཕུན་ཆོག་ས་དང་།
འཇིག་རྟེན་ཞི་བ་རྟེན་འགྱུར་བའི། གནས་གཞན་འདི་དག་མཐོང་བ་ཡི། མཁས་པས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་
བར་བྱ། ལུས་ལ་ཡོངས་སུ་གདུང་མེད་པར། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནི་བདེ་བཅོམ། མཚན་མོ་བདེ་བར་ཉལ་
བ་དང་། སྤང་པ་ན་ཡང་དགའ་བར་འགྱུར། སྦྱིན་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱན་པ་དག མཁས་པས་བྱས་
པའི་བཤོད་ནམས་ཀྱིས། འདི་དང་པ་རོལ་དག་དུ་ཡང་། རྟུག་དུ་བདེ་བ་འཕྲོབ་པར་འགྱུར། ཀུན་
པའི་བར་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དགོ། དད་ལ་རབ་དུ་གནས་ན་ལེགས། མི་ཡི་རིན་ཆེན་ཤེས་རབ་སྟེ། བཤོད་
ནམས་ཆོས་པོས་དབྱོག་པར་དཀའ། དགོ་སྤོང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་ཤིང་། དབང་པོ་ནམས་ཀྱང་
བརྟུགས་པ་དང་། ཟས་ཀྱི་ཆོད་ནི་རིག་པ་དང་། མི་ཉལ་བ་ལ་འབད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་གནས་པར་བརྟེན་

པ་དང་། ཁྱིམ་མཚན་རྫོམས་ལས་མི་བྱེད་པ། ཟུང་ན་འདས་དང་ཉེ་པའི་ཕྱིར། ཡོངས་སུ་ཉམས་འགྱུར་
མི་སྤྲོད་དོ། མི་ཉེ་ལྗོངས་ཁྱིམ་ལ་གནས་ནས། ཁེམས་དང་ཤེས་རབ་བརྫོམས་པ་ལ། བརྩོན་ཁིང་དེས་ནས་
དགོ་སྤོང་གིས། རྒྱག་བརྒྱལ་ཟད་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། དེ་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་ལྷུ་ལྷུ་ཁྱིམ་ས་དང་། ཁྱིང་འཛིན་རྩེས་
སུ་བསྐྱུང་བ་དང་། རྟག་མཐོང་ལ་ཞི་བསྐྱབ་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་མེས་པོར་བློན་པར་བྱ། དེས་ནི་ཀུན་སྤྱོད་
ཟད་བྱས་ནས། ཡིད་བྱལ་རྟག་མཐོང་འགྱུར་ཏེ། ལུས་ཞིག་ཤེས་རབ་རྩན་པ་ཡིས། བག་དུ་མེད་པའི་
ཟུང་ན་འདས། གང་ཞིག་ལྷུ་ལྷུ་ཁྱིམ་ས་ཁྱིང་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་འདི་གསུམ་ཤེས་པ་བརྫོམས་ཏེ། ཁྱིམ་
ཏུ་བྱི་མེད་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་། གཏུང་མེད་ཡང་སྤྲོད་ཟད་འགྱུར་དང་། ཆགས་པའི་འཆིང་ལས་རྣམས་ཀྱིས་
ཁིང་། ལུས་སྤངས་ཤེས་རབ་རྩན་པ་དང་། བདུད་ཀྱི་ལུས་ལས་འདས་པ་དང་། ཁྱིམ་བཞིན་དུ་ལམ་མེ་
འབར། དགོ་སྤོང་ཕྱི་དང་ནང་ཉིད་ལ། བག་མེད་རྫོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིས། ལྷུ་ལྷུ་ཁྱིམ་ས་ཁྱིང་འཛིན་ཤེས་
རབ་རྣམས། ཡོངས་སུ་རྩོགས་པར་མི་འགྱུར་པོ། སྤྱིན་གྱིས་ཤེས་པས་ཆར་འབབ་ཅིང་། ཉམས་ཐང་པ་
ལས་ཆར་མི་འབབ། དེ་བས་ཤེས་པ་སོལ་ཅིག་དང་། འདི་རྩལ་ཆར་པ་འབབ་མི་འགྱུར། དེ་རྩལ་རྟག་
ཏུ་མཐོང་བ་དང་། དགོ་སྤོང་ལྷུ་ལྷུ་ཁྱིམ་ས་རྫོམས་པ་ཡི། ཟུང་ན་འདས་པར་འགྱོ་པའི་ལམ། ཟུར་བཞིན་ར་
རྣམ་པར་འདག་མེད་ཀྱི་དུ་མི་རྩོགས་མིན་མི་འགྱོ། རྩ་བ་རྩ་རྩེས་ཚུན་རྣམས་ཀྱང་མིན། དམ་པའི་དུ་མི་
རྩོགས་མི་འགྱོ་སྟེ། སྤྱིགས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་མི་མཆོག་དེ་ཡིས་བྱལ། རྩ་རྩེས་དང་ནི་ཚུན་དང་། ལྷུ་ལྷུ་
དང་མ་ལོག། རྩེས་ཀྱི་རིགས་ནི་འདི་དག་པས། ལྷུ་ལྷུ་ཁྱིམ་ས་དེ་བསྐྱུང་ཕུལ་དུ་ཕྱིན། རྩ་རྩེས་ཚུན་གང་
ཡིན་པའི་ དེ་བསྐྱུང་འདི་ནི་ཆུང་དུ་མ། ལྷུ་ལྷུ་ཁྱིམ་ས་རྩན་པའི་དེ་བསྐྱུང་གང་། དེས་ནི་འདི་དང་མཐོ་རིས་
བྱལ། དེ་རྩལ་བག་ཡོད་གནས་བྱ་ཁིང་། ལྷུ་ལྷུ་ཁྱིམ་ས་རྣམ་པར་དག་པར་བྱ། ཡང་དག་ཤེས་པས་རྣམ་
སྟོན་ན། བདུད་ཀྱི་ལམ་ནི་རྫོམས་མི་འགྱུར། འདི་ནི་བདེ་བར་འགྱོ་ལམ་སྟེ། རྣམ་པར་དག་བྱེད་ལམ་འདི་ལ།
།རབ་ཏུ་ཞུགས་ཏེ་བརྫོམས་ནས་ཀྱང་། བདུད་ཀྱི་འཆིང་བ་སྤང་བར་གྱིས། ལྷུ་ལྷུ་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་ཆོམས་ཏེ་དུག་
པོལ། ། །

འཕྲོ་འདོན་ཐེངས་རྩེས་མར་གཟིགས།

༡༡། །གཞོན་ཅུ་དུག་གི་ཁྱོགས་པ་བཟོད་པའི་འགྲེལ་ཁུང་ དོན་བསྟུས།

ལྷ་མོ་སྟུབས།

རབ་བྱེད་གསུམ་པའི་ནང་དོན་ལའང་། གཅི་པོར་ཆ་པའི་སྟུག་བསྟུལ་དང་། འདོད་པ་ལ་
ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་། དེའི་གཉེན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པན་ཡིན་བཟོད་པ་གསུམ་མོ།

དང་པོ་ལའང་། ༡༥ ཐོག་མར་དབྱར་དུས་ལ་བསྟུགས་པས་བརྒྱན་པ་དང་། ༡༦ ཆ་
པའི་སྟུག་བསྟུལ་དངོས་བརྟན་པའི་ཚུལ་དངོས་མོ།

དེ་ནས་རིམ་གྱིས་དབྱར་གྱི་དུས་ཀྱི་རྟེ། །འཕྲིགས་བྱེད་དག་འཇམ་ཉེ་བར་འབྱུང་པ་ཡི།
།དབྱར་གྱི་དུས་འདིར་ཅི་ཡང་སྟེད་ཟུན་གྱིར། །ལང་ཆོ་ཅན་དང་འདོད་པས་ཚུམ་ནམས་ལ། །བྱེད་
པོས་ཅེ་དགའི་གོ་སྐབས་འབྱེད་པ་བཞིན། །ས་གཞི་རྩ་འང་མ་གསར་པས་ཁེབས་པ་དག །བསེར་
དུས་གཡོས་པའི་རི་མོར་བ་སྒྲུང་བ། །རྒྱབས་ཀྱི་ཕྱིང་བས་ཉེ་བར་དཀྱིགས་པ་ཡི། །ཡིད་བཞིན་མཆོ་
ལ་མངེས་པ་འགན་པ་བཞིན། །མེ་ཏོག་དཀར་པོས་ཁེབས་པའི་ཆུ་གཏེར་ནི། །ཡུན་རྒྱུ་ལྟར་སྟོ་
ཞིང་རབ་དངས་པ། །ཆུ་འཛིན་གཞོན་ཅུའི་དོ་གལ་མངེས་ཟུན་པའི། །སྟོངས་ངས་ནམ་མཁའི་བྱ་མེད་

མེས་སུ་འགྲོ།^༡ །ཡངས་ཤིང་དྲི་མེད་རྩལ་དང་བྲལ་བའི་མཁའ་ལ། །རྒྱ་སྐར་ཆོགས་ཀྱིས་ནམ་པར་
བཀྲ་བ་ཅན། །ཤོད་གི་ཕྱེང་བས་རབ་དྲུག་དང་བལྟ། །ཞོར་འཛིན་གཞི་ཡི་མཛེས་པ་གསལ་བྱེད་བཞིན།^༢
།དབྱར་གྱི་ཆ་ཟེར་ནོ་ཞིང་འབར་བ་ཡིས། །ནམ་མཁའ་མར་གད་ལྷ་བ་ཟག་པ་ལྟར། །བར་སྒྲུང་
བཀའ་བའི་བདུད་རྩི་འཆར་རྒྱུ་གྱིས། །རྒྱ་གཞིར་གོས་ཅན་རྩལ་དང་བྲལ་བར་བྱས།^༣ །རབ་གསལ་
སྒྲོག་གི་གསེར་ཕྱེང་གཡོ་བ་ཅན། །བདུད་རྩིས་རབ་རྩྱུས་རྒྱ་འཛིན་གཞོན་ཏུ་དག། །བྲུག་སྒྲ་སྒྲ་པའི་
རྒྱུད་མང་སྒྲོག་པའི་ཆོ། །ཀླན་དགའ་རྒྱས་པའི་སྒྲ་བྲག་ཡང་བྱེད། །དྲངས་ཤིང་གསལ་བའི་བྲུས་
ཀྱི་ཇིང་བྱ་རྣམས། །དྲིགས་པས་རྩྱུས་པའི་གཉིས་འབྱུང་རྣམས་ཀྱིས་གང་། །ཆར་སྒྲིན་རྒྱུན་པོ་འབྲུགས་
པ་རྣམ་རྒྱས་པའི། །རྒྱ་སྐར་ལམ་དང་འགན་པ་བཞིན་དུ་གྱུར།^༤ །རྒྱ་ལྗང་གོས་ཀྱི་ལྷགས་གཡོགས་
མེད་ཀྱི་ཕྱེང་བས་རྣམ་སྤྱོད་ཞོར་འཛིན་དགའ་མ་ཅན། །བཟླ་ན་ཡིད་འོང་གཟུགས་ལྡན་པོ་འདད་བཞོར་
ཀྱིས་ལྷག་པའི་འཁྲི་ཤིང་གཞོན་ཏུ་དག། །བསེར་ཕུའི་རྩ་རྩས་བསྐྱལ་ཆེ་གཡོ་བའི་བྲོ་གར་བསྐྱར་བའི་
ཅེ་དགར་སེམས་གཡེངས་པ། །བྲུང་བའི་ན་རྒྱུང་རྣམས་ནི་དགའ་བའི་སྒྲ་ཡིས་རྣམ་རོལ་ཅིར་ཡང་
རབ་དགར་འགྱུར།^༥ །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། དེ་ནས་གལ་ལེར་དབྱར་དུས་སྤྱོད་པས་ཉེ་འོ་འཕྲིགས་བྱེད་མཛེས་པར་
གྱུར་བ་ནི་ཡང་ཆོ་ཅན་དང་འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་ཅེ་དགའི་ཡོངས་སྤྱོད་དུ་གྱུར་ཞིང་། ས་གཞི་ཀླན་ལ་
རྩ་འཇམ་གསར་པས་ཁེབས་ཤིང་དེ་ཉིད་བསེར་བྲུས་གཡོས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ནི་ཡིད་དུ་འོང་ལ། རྒྱ་
མཆོད་འོས་སུ་ཡང་མེད་ཀྱི་དཀར་པོས་ཁེབས་པས་མཛེས་པ། ཡངས་ཤིང་དྲི་མེད་རྩལ་དང་བྲལ་བའི་
ནམ་མཁའ་འཛིན་རྒྱ་སྐར་ཆོགས་ཀྱིས་ནམ་པར་བཀྲ་བ། དབྱར་གྱི་ཆ་བཞིན་ཏུ་ཆེན་ཡང་བར་སྒྲུང་བཀའ་
བའི་ཆར་རྒྱུན་གྱིས་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་བརྒྱན་པར་བྱེད་པ། རབ་གསལ་སྒྲོག་གི་གསེར་འོད་ཕྱེང་བ་
གཡོ་བ་ཅན་གྱི་ཆར་སྒྲིན་གསར་པ་གསར་པས་འབྲུག་སྒྲ་སྒྲ་པར་རྩིར་བའི་ཆོ་ཀླན་དུ་དགའ་བ་རྒྱས་
པའི་སྒྲ་བྲུང་ཆོགས་ཀྱིས་སྒྲོག་ལྷག་པའི་ཅིང་གར་བྱེད་པ། དྲངས་ཤིང་གསལ་བའི་བྲུས་ཀྱི་ཇིང་བྱ་རྣམས་

སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་དྲེགས་པ་ཐུང་ཆེན་ནམས་ཀྱིས་གང་བ། སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་མེད་ཀྱི་ཕྱིང་བས་ནམ་
པར་བརྟན་པ། བརྟན་ཡིད་ཡོད་ལོ་འདབ་ཀྱིས་པའི་འཁྲི་ཤིང་གསེར་པ་དག་ནི་བསེར་བྱས་གཡོ་བར་
བྱེད་པ་ལ་སེམས་གཡེངས་པའི་བྱང་བའི་ཆོགས་ནམས་ནི་དར་དེར་སྤྱོད་ཅིང་དགའ་བས་རོལ་བར་
བྱེད་དོ། ཞེས་པའི་དོན་དང་། རྟན་ནི། ༡ གཟུགས་ཅན་རབ་རྟོག་ ༡ ངག་དོན་དཔེ། ༡ དཔེ་
ཅན་འཕར་མ་སྟེ། དང་པོ་ཆོས་དཔེ་དེ་ཡང་ངག་དོན་གྱི་དཔེས་མཆོན་པའོ། ། ༤ ངག་དོན་རབ་
རྟོག་ ༤ རབ་རྟོག་དཔེ། མཚུངས་ཆོས་གཞིར་བཞག་ནས་རབ་རྟོག་གི་ནམ་པས་དཔེར་འགོད་པའོ།
། ཀླང་པ་གསུམ་པ་འབྲུ་མང་པོའི་དཔེ་ཡང་རོ། ། ༦ བྱ་བ་རྟན་ཅིག་པའི་རྟན། ༨ ངག་དོན་དཔེ།
༡ མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནམ་ངག་དོན་གཟུགས་ཅན་ཡང་རོ།།

༡༥ ཆ་བའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་དངོས་བརྟན་པའི་ཚུལ་ནི།

དེ་རྩེར་གྱུར་པའི་ཆོ་གཞི་ན་ཏུ་དེ་དག་ཡུལ་གྱི་བདེ་བ་སོམ་བརྟན་པར་འདོད་ནས། རང་
གི་ཁང་པ་ནས་ཕྱིར་བྱང་རྟེ་རྟེ་ཕྱོགས་སུ་འགོ་བར་ཆས་པ་དང་། ལམ་དང་ཉེ་བའི་ཅིག་པ་ཞིག་གི་བྱང་
ན་སྤྱོད་བྱ་སྤྱོད་ནས་ལོ་བརྟན་ལོན་པ་ནས་པའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་མེ་བཟང་པའི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཆེར་དུབ་པ། ལུས་
མི་རྒྱལ་ཅིང་ཅམ་རྒྱུང་བ་ཡི་དྲགས་ལ་འགྲན་པ་རྩ་བཞིག་འདུག་གོ། །དེ་མཐོང་ནས་མཉེས་གཤིན་བཟང་
པོ་སྤྱོད་མེད་ཁྱེད་ཀྱིས་ཡིད་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཆེན་པོས་རབ་རྟོག་ཏེ་བསྐྱོད་མི་ཕྱིས་པ་རྩེར་གྱུར་ནས་མིག་
མཆི་མས་འགག་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པ།

སྤྱོད་སྤྱོད་མེད་ཉམས་དང་། རང་གསེས་སུ། ༡ གཟུགས་མེད་གཟུགས་བཀོད་ཀྱི་རྟན་
འདིས་ནས་འཁོགས་གང་གི་ན་པའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཆེ་བ་ཐོག་དགའ་བ་དང་། འོག་མས་གང་གི་སྤྱོད་མེ་
ཆེན་པོ་མཆོན་ཡོད་ལ། དེ་གཉིས་ལས་ཀྱང་འོག་མའི་ཁྱེད་པོ་དེ་གི་རྟོག་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་བརྟན་པ་འདིས། དམ་
པའི་དགོངས་པ་ཆེས་གཏིང་ཟབ་དུ་མཆོན་ཡོད། ༡ མཚུངས་ཆོས་སྤྱོད་བརྟན་གྱི་ཆོས་དཔེ། སོ་མ་

ནིགས་པ་། དུབ་པ་ནི་ངལ་བ། མོན་པ་ནི་མནན་པར་གྱུར་བ་སྟེ་འདིར་ཁྱུང་པོ་ཆེན་པོས་ལུས་མནན་པ་ཞེས་པའི་ངང་རྒྱུ་དང་འདྲ་བས་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོས་ཡིད་མནན་པ་ཞེས་པའི་བྱ་ཆོག་གི་སྤྱོད་སྤངས་འདི་རིགས་ནི་ཏིང་འཛིན་རབ་ཏྟིག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱའོ།

ཀྲིམ། ཀས་པར་གྱུར་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་འདི་ལ་ག་ཟེགས། ཀྲི་ཏུད། ཀན་པོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་བཟོད་པར་དགའོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། ཀན་པོ་དེ་དུག་པ་ལ་བརྟེན་ཆོས་ལ་མིན། །མགོ་སྤྱོས་དཀར་གྱི་ལས་རྒྱུ་ལ་དཀར་པ་མིན། །ལུས་ཉམ་རྒྱུ་གི་རྒྱུ་ལ་ཉམ་རྒྱུ་མིན། །འཆི་ལ་ཉེ་ཡི་ཐར་པ་དེ་ལྟ་མིན། །ལུས་མདངས་གོས་དཀར་སྤྱི་ཡིས་འཕྲོགས་ཏེ་གྲོན། །སྤྱི་ཡི་ནགས་ཆལ་ལུས་ལ་དུགས་པ་བཞིན། །ཅུ་ཡི་ཞགས་པས་ཀན་པོའི་ཡན་ལག་བཅེངས། །གཉེར་མའི་དྲ་བས་ཅུ་ཡང་བཅེངས་པ་བཞིན། །ལུ་ཡི་ཀྲོང་ས་པོ་མི་སྤྱག་གྱུར་པ་དང་། །རོ་འཛིན་ཟས་ཀྱི་རྩལ་པ་བྲལ་རིག་ནས། །འདྲེན་ཤེད་ནང་དུ་ཤོས་ཏེ་སྤྱི་བ་བཞིན་བཞུ། །སོ་རྣམས་ཉི་ཤུ་བྱང་སྟེ་འཕྲོས་པ་འདྲ། །རང་གི་ཉེས་པར་སྤྱད་པའི་རྣམ་གྲངས་དག །ལས་ཀྱི་ག་ཤིན་རྗེས་གདོང་ལ་རི་མོར་བཏབ། །གསོད་པར་འབྲིད་ཕྱིར་གསོད་རྣམས་མེ་ཏྲག་གི །ཤེང་བ་དཀར་པོ་སྤྱི་པོར་བཀོད་པ་བཞིན། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ཡ་ཁ་ཁ། ཀས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་འདི་ལ་ག་ཟེགས་དང་། ཀན་པོ་འདིའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་ཅི་འདྲའི་བཟོད་པར་དགའ། བྱེ་ལུས་པོར་ང་རྒྱགས་མི་བྱབ་པར་དུག་པ་ལ་བརྟེན་ན་ཡང་ནང་སེམས་པ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བརྟེན་པ་མིན་ཞིང་། མགོ་སྤྱོས་སྤྱི་ལོ་དཀར་པོ་ཆགས་ན་ཡང་ལས་རྒྱུ་ལ་ནག་པོ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཐ་མ་འདི་འདྲའི་ཉམ་རྒྱུ་དུ་གྱུར་ན་ཡང་ཆོག་པ་བསགས་པའི་རྒྱུ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ། ད་ལྟ་འཆི་ལ་ཉེ་ཡང་ཐར་པའི་ས་ལ་ཏ་ཅང་རིང་བར་གྱུར། མགོ་དཀར་པོ། ལུས་སྐྱམ་ཞིང་རིད་པ། ཅུ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུ་ལ་ག་སྤྱོད་པ་མེད་པར་གྱུར། མགོ་དཀར་པོ་དང་། དངོས་པོ་ཆང་མ་མི་སྤྱག་པར་གྱུར་པ་དང་། ཅུ་ཡིས་ཟས་ཀྱི་རོ་བྱ་བ་མི་ཤེས་པ། མིག་ཟུང་ནང་དུ་རྒྱུང་ཞིང་ལྟ་བུའི་རྣམས་པ་ཉམ་ནས་པ། སོ་རྣམས་འཕྲོར་ཏེ་ཁ་རྩོད་བ། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་རྒྱུ་

པ་ཆེན་པོ་དག་ཁྲུར་ནས་ད་འཆི་ལ་ཉེ་བ་ལ་རྩོམ་ཤིག། ཅེས་པའོ།

རྒྱུ་ནི། ༡ རྩིང་མིའི་ཉམས་ལྡན་གྱི་འགལ་རྒྱུ་ནི། ༡ ཉིང་འཛིན་རབ་རྟོག་དང་གཟུགས་ཅན་འདྲེས་པའོ། ། ༡ སེམས་མེད་རབ་རྟོག་ ༤ རྩིང་མེད་རབ་སྤྲེལ་སྟེ། གཟུགས་ཅན་དང་རབ་རྟོག་དཔེ་བཅས་པའོ། ། དེ་ཡང་རྟེན་པ་སྤྲེལ་གཉིས་གཟུགས་ཅན། འདིར་དཔེ་ཅན་ཉེས་གངས་དང་དཔེ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་བར་ཆེད་པ་སྟེ་དོན་ལ། ཉེས་སྤྱད་ནམ་གངས་རིམ་ནི། ལས་ཀྱི་གཤིན་མེས་གདོང་ལ་བཏབ། ཅེས་པ་སྟེ་གདོང་གི་མི་རྣམས་པའི་གཉེར་མ་དེ་མཆོན་ཤེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱས་ཏེ་ནང་གི་ཉེས་པ་མཆོན་པའོ། ། རྟེན་པ་ཕྱི་མ་དག་ནི་རབ་རྟོག་དང་དེ་ཡང་དཔེ་ལྟོས་དུ་བཀོད་ནས་དཔེ་ཅན་སྤྱད་ཀྱང་པ་བྱས་ཀྱིས་བརྟན་ཏེ་དོན་ལ་འཆི་བདག་གིས་གསོད་པའི་དུས་ལ་བབས་པ་འམ་འཆི་བའི་དུས་ལ་སྤྲེལས་པ་བརྟན་པས་ན་དོན་གྱིས་ཀྱང་རྩིང་མེད་རབ་པའི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །

གཤིན་ཅན་དག་པ་ཅན་གྱིས་སྤྲེལ་པ། འདི་ལས་ཀྱང་དག་གནག་པ་ལ། རྒྱུ་པས་མཆོན་མེས་ཏེ་བྱས་ནས། རིང་ཅིང་མི་རྣམས་ཀྱིས་པའི་ལུས། ལུས་ཀྱིས་གཟུགས་ལ་འགྲན་འདོད་བཞིན། འདྲེན་ཤེད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ནི། རྩིང་དཔྱད་ཆོད་དང་རྩིན་ཅིག་ཉམས། རྩིན་པའི་རྩལ་དུ་དག་པོ་ནི། ལྷ་བའི་ཤྲོན་དང་མཉམ་དུ་རྒྱས། རྩིན་གྱི་ལས་བྱས་ས་ལོན་ནམས། ཆེ་ལོ་ཆད་དང་རྩིན་ཅིག་ཟད། རྩི་དང་འཆི་བའི་རྣམས་ལ་སྤྲེལ་དག། རྩིག་པའི་ཁྲུར་དང་མཉམ་དུ་རྒྱུང་། ལྷ་ཁོང་རྩལ་པའི་རྣམས་པ་ནི། རྩིང་གི་སེམས་དང་མཆོངས་པར་གྱུར། ལུས་དང་རྩིང་རྩིབས་རབ་དམན་པ། དཔེ་པའི་མཐུ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །

དོན་མི་བཞིན་པ་ནི། ཉག་ལ་སྤྲེལ་ཁོང་རིང་པའི་ལུས་ལི་དུགས་འདྲ་བ་དང་། མིག་དང་ཤེས་རབ་མཉམ་དུ་ཉམས་པ། ཉག་པའི་རྣམས་ལ་སྤྲེལ་དག་པོས་མནར་བའི་ཐོག་དུང་མིང་གོས་པའི་སྤྲེལ་པ་ཆེན་པོ། ཆེ་ཆོད་ཟད་དེ་འཆི་བ་ལ་སྤྲེལས་པ་མ་ཟད་དུང་ཆེ་རྩིན་མའི་དག་པ་བསོད་ནམས་དེ་ཡང་སྤྲེལ་མ་ཐུབ་པར་ཟད་ཅིང་རྩིག་པའི་ལས་ལྷ་ཁོང་སེམས་ན་བདང་འཆི་བའི་རྣམས་ལ་སྤྲེལ་དང་རྩིག་

པའི་ལས་བཅས་ཀྱིས་ལུས་སེམས་ཉམ་ཐག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་དགེ་བའི་མཐུ་ཡང་དེ་བཞིན་ཟད་པར་གྱུར།
 ཞེས་པའོ། །རྒྱན་ནི། ༡ རབ་སྡེ་ལ་རྒྱན་སྟེ། གཟུགས་ཅན་དང་རབ་རྟོག་དཔེ་དང་བཅས་པའོ། །
 ༢ རབ་སྡེ་ལ་སྟེ། གཟུགས་ཅན་དང་བྱ་བ་རྣམས་ཅིག་དང་དེ་ཡང་འགལ་བ་དང་བཅས་པའོ། ། ༣
 འདི་ཡང་གོང་དང་འདྲའོ། །དེ་ཡང་འགལ་ཚུ་ལ་ནི་བསོད་ནམས་ཟད་པ་དང་སྤྲིན་སྤྲུག་གི་ཁྲར་ཆེན་
 གོ་ཐོག་ལ་ལྷུང་བ་སྟེ་མང་དུ་འཕེལ་བའི་དོན་གྱིས་སོ། ། ༤ དཔེ་ཅན་དཔེ། འདི་ནི་ཆོས་དཔེ་རྩ་བུར་
 མངོན་ན་ཡང་དོན་ལ་སྐྱབས་འདོད་དཔེ་ཡང་དཔེ་ཅན་མ་ཡིན་པར་དཔེ་ཅན་དོན་ལ་གོ་དགོས་པས་སོ།
 །ཡང་རྟེན་པ་གཉིས་པ་ནི་མཚུངས་སྒྲིར་རྒྱན་དུ་བཞག་ན་འང་ཆོག །

གཞན་ཏུ་ལེགས་པའི་སྒྲུབ་ཀྱིས། །སྤྱི་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་པའི་རྩལ་བསྐྱེད་ལས་མ་འདས་
 པར་བརྟན་པའི་ཕྱིར་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་སྤྲུལ་པ། ག་བཞེས་བྱ་ལུས་ཅན་གྱི། །རྒྱད་པ་ཀྱན་གྱི་མཆོག་
 འདིས་ནི། །སྤྱིན་པོ་བཞིན་དུ་དོགས་མེད་པར། །སྤྱོད་པ་ཡང་ཆོ་མ་ལུས་འཛེམས། ༡ ། དར་ལ་བབ་
 ཆོ་ཁྲར་ནམས་འཛེན་བཟོད་ཕྱིན་པ་བྱུང་འདིས་ཀྱན་པོ་རང་གི་ལུས་ཀྱང་འཁྲུར་རུས་མིན། །སྤྱི་པོ་ནམས་
 གྱི་ཡིད་རབ་འཕྲོག་ཕྱེད་མཛེས་པའི་ལུས་ཀྱང་མི་རྩལ་གྱུར་པས་བདག་ཉིད་སྤྱོད་པའི་རྩལ་གྱུར། །དག་འཕམ་
 ཡན་ལག་མཆོག་ཏུ་ཕྱེད་དཀར་གསལ་འཇམ་པ་འདང་སོག་ལེ་རྩལ་རྩལ་སོལ་པའི་ཁ་དོག་འཛེན། །ཀྱན་
 རྟོག་མང་པོས་གཞན་གྱི་ལས་ལ་འཕུག་ཕྱེད་སྤྱོད་པའི་རྩལ་གྱིས་དོར་གནས་མི་ཤེས། ༡ །དེ་
 རྩལ་ཀྱིས་པའི་ཆོ་ཀྱན་གྱིས། །ཡང་ཆོ་འཕྲོག་པར་མ་གྱུར་པ། །དེ་སྤྱིད་བདག་གི་དོན་ལ་ནི། །རང་
 དབང་ཡོད་བཞིན་སྤྱོད་པར་རིགས། ༡ །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ག་བའི་རྩལ་བསྐྱེད་ནི་སྤྱི་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་ཏུ་མེད་པའི་ཉམས་རྒྱད་
 ཆེས་ཆེན་པོ་ཡིན། འདི་ཡིས་སྤྱོད་པ་ཡང་ཆོ་མ་ལུས་འཛེམས་པར་ཕྱེད། ག་ཆོད་དར་དུས་ཁྲར་པོ་
 ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱང་ཐེག་བྱུང་པའི་རྟེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་ད་ནི་ཀྱན་པོ་རང་གི་ལུས་ཀྱང་འཁྲུར་མི་རུས་ལ།
 མི་ནམས་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་ཕྱེད་མཛེས་པའི་སྤྱོད་གཟུགས་ལང་ཆོ་དེ་ཡང་མཐོང་འདོད་མེད་པའི་མི་རྩལ་

པར་གྱུར། རང་གི་རྒྱུང་མའི་རྒྱུང་ལག་ཕྱེས་པ་དག་གིས་ལ་འཇམ་པ་དག་ཀྱང་རྩལ་ཅིང་ནག་པོར་
གྱུར། རྩལ་ཉན་མང་པོའི་སྒྲིབ་ཀྱིས་ཤིང་པོའི་ཡང་ཉམས་ཏེ་ཐ་ན་རང་གི་སྤྱོད་ཚུལ་ཙམ་གྱི་སྤང་དོར་
ཡང་མི་ཤེས། དེ་ལྟར་ན་པོའི་རྒྱུད་པ་མ་སྤྲེགས་པར་གྱི་རང་དབང་ཡོད་དུས་འདིར་མི་ཆོད་ན་རྩལ་ཞིག་
ཡོང་བར་འབད་དགོས། ཞེས་པའོ། ལྷན་ནི། ༡ ཆོས་དཔེ། ༡ ཡོན་ཏན་འགལ་བྱུང། ༡ ཆ་གས་
ཅན་གཟུགས་ཅན།

གཉིས་པ་འདོད་པ་ལ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་པ་སྤྲེག་པ་ལའང་། ༡ འདོད་ཆགས་ཀྱི་
ནང་ནས་ཀྱང་བྱུང་མེད་ལ་ཆགས་པའི་སྤེད་པ་སྤྲེག་ཆེ་ཚུལ་པ་སྤྲེག་པ་ནི།

དེ་སྐད་སྤྲེག་ནས་རིམ་གྱིས་སྤྱོད་མོས་ཆ་ལ་ཡིད་དུ་ཡོང་བ། །རྩེ་ལྷ་གྲགས་པ་དུ་འབྱུངས་
པས་ནི་ས་གཞི་བཀའ་པ་བཞིན་དུ་ནི་འདུག་། །མེད་ཀྱི་རྩལ་པར་བཀའ་པ་མང་པོ་ནི་འབར། །ལོ་འདབ་
རབ་དུ་རྒྱས་པའི་རྩོན་ཤིང་རྩལ་ཀྱིས་ནི་གང་། བྱང་པ་མང་པོའི་སྤྱུ་སྤྲེག་པ་ནི་བྱིས་པས་བསྐྱར་པའི་
སྤྱོད་བྱུང་འགྲན་པ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་རྩལ་སྤྲེག་རབ་དུ་རྒྱུ་ཞིང་སོང་སོང་བ་ལས། ཤིང་ལྷ་རན་མེད་
པའི་བསྐྱེད་ནས་ཤིན་ཏུ་བསེལ་ཞིང་། ཉམས་དགའ་བཞིག་ན། ལྷའི་བྱ་མོ་ལ་འགྲན་པ་ལྷ་བྱའི་བྱུང་
མེད་ལང་ཆོར་བ་དུ་རྒྱས་ཤིང་རྩལ་ལྷ་ལྷ་པ་རྩལ་པའི་མེ་ལོང་གསར་པ་སྤྲེག་ཤེས་པ་འདྲ་བ་གཅིག་རྒྱུད་མང་
ཤིན་ཏུ་རྩལ་པ་སྤྱོད་ཞིང་ཀྱན་ཏུ་དགའ་བའི་སྤྱུ་ལེན་ལ་འབངས་མོད་དང་བཅས་པ་ཅེ་ཞིང་འདུག་པ་མཐོང་
ངོ། །དེ་མཐོང་ནས་གཞིན་ནུ་འདོད་རྩལ་སྤྲེག་ཆགས་པའི་སྤྲེག་ཀྱིས་ཡིད་རབ་དུ་འཕྲོག་སྤྲེག་སྤྲེག་པ།

ཡུལ་ལྗོངས་བཀོད་འབྲི་བྱས་པ་འདི་གོ་སྤྱ། ལྷན་ནི། ༡ དང་ ༡ ཉིང་འཛིན་རབ་ཉན་
༡ ངག་དོན་དཔེ། ༤ དངོས་དཔེ། ༥ ལྷ་མེད་དཔེ། །བསྐྱེད་ནས་ཞེས་པ་ནི་ཡུལ་སེམས་བདེ་
བར་ངལ་གསོའི་ཐོབ་པའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས། དེང་སང་འདི་གར་མང་པོ་ཞིག་གིས་རིག་གཞུང་གི་
སྤྲེག་ནས་ཞེས་པ་སོགས་ལ་བསྐྱེད་ནས་འབྲི་བཞིན་པོར་བཞིན་ཏེ། བསྐྱེད་ནས་པ་ངལ་གསོ་བའི་དོན་དང་།
རྩེ་ནི་ཡུལ་གྱི་རྩེ་བ་རྩེ་དོན་ལ་སྤྱོད་དུས་དབུས་སམ་དཀྱིལ་སྤྱོད་ལ་གོ། །འབངས་མོ་ཞེས་པ་ཞབས་ཞུ་

མ་ལོ། །བསྐྱར་བའི་ཐིང་ཕྱི་ཐིང་ཕྱ་ཕྱས་པ། ཐིང་པ་ནི་འདིར་འཐེན་པའམ་འཁྲུལ་བའོ།།

འདི་ཅི་རྒྱ་བའི་ཐིག་ལེ་གསར་དང་པད་དཀར་གཞིན་རྒྱ་ཁྱེད་ཉེ་ཕྱི་ལོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་
སྐར་བདག་པོ་ཡིན་ན་ཉིན་མོ་ཡང་ནི་ཀླུང་རྒྱས་པར་བྱེད། །གལ་ཏེ་རྒྱ་སྐྱེས་གསར་པ་ཡིན་ན་མཆན་
མོའང་གོ་སར་འདབ་ཕྱེད་བྱམ་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཉེར་ཕྱི་ཕྱེད་པ་ཡིན་ན་བདུད་ཅིས་ཏྲ་གདོང་ཡང་
ནི་བསེལ་བར་རྒྱས།

འདི་ནི་ཐེ་ཆོས་མང་དཔེ། དཔེ་ཅན་མངོས་མ་གྲགས་ལས་རྟོགས་ཤིང་། དོན་ནི་ཞལ་རས་
རབ་རྒྱ་དཀར་ཁིང་མངོས་པ་བསྐྱན་བའོ།།

༡༥ དུང་མེད་ཀྱི་སྒྲིན་གྱི་རང་བཞིན་བསྐྱན་ནའང་ཆགས་ལྡན་ནམས་ཀྱི་ཆགས་ཞིན་བསྐྱོག་
དཀའ་བའི་ཚུལ་ནི།

གཞིན་རྒྱ་ལེགས་པའི་རྫོགས་ཀྱིས། དེའི་ཆགས་པ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་སྐྱས་པ། རྫོགས་རྒྱ་
ཀྱིས་རྒྱ་པད་འིན་ཆེན་བཀོད་མངོས་མཆོད་རྫོང་མ་ཡིན་སྟེ་འགོ་བསྐྱུ་བའི་སྒྲུ་མ་ཡིན། །འགས་པའི་མདོག་
དཀར་གསལ་འདི་འི་པོང་འདིན་གྱི་ཟེར་ཕྱེད་མིན་གྱི་འདོད་ལྡན་སྟེག་པའི་མེད་དུང་ཉིད། །མཐོན་མཐིང་
འབྲེལ་བའི་ལན་བྱུང་ལ་རྒྱས་པའི་འདབ་ཕྱེད་མིན་ཏེ་ཆགས་ཅན་འཆིང་བའི་ཞགས་པའོ། །རྟེན་ངོས་
ཕ་ཁིང་མངོས་པ་དཔག་བསམ་ཤིང་གི་རྟེན་འབྱུང་མ་ལགས་ཐར་པའི་སྟེག་གཙོད་རལ་གྱིའོ།།

ངོ་མཆར་རབ་སྟེལ་རྒྱ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དོན་གང་དཔེ་གང་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བཀག་ཅིང་དེ་
དང་འགལ་བའི་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་སྟེ། ཆོག་རྟེན་ཕྱེད་སྐྱ་མ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་
དང་ཕྱེད་ཕྱི་མ་བསྟོན་དོར་གཟུགས་ཅན་དང་། ཡང་སྐྱ་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་འགལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་
སྟེག་པ་སྟེ་རྒྱ་བཞི་འདྲེས་པའོ། །

དོན་ནི་རྫོགས་རྒྱ་གྱིས་བརྒྱན་པ་དེ་ནི་ཕྱི་ཚུལ་བཅོས་མ་སྟེ་བོ་མགོ་སྐོར་བྱེད་དང་། ག་
མདངས་དཀར་ཅིང་སྒྲ་ནག་ལ་སྟེང་པ་ཕྱ་བའི་གཟུགས་བཟང་བ་དག་ཀྱང་འདོད་ཆགས་ཅན་ནམས་

ལ་ཆགས་པའི་སྤྲུལ་བསྐྱལ་སྦྱང་བྱེད་དང་། ཐར་བའི་གཞུགས་བྱེད་པའི་གནོད་བྱེད་ཡིན། ཞེས་བྱད་
མེད་ལ་ཆགས་པའི་ཉེས་པ་བརྟན་པོ།

གཞོན་ནུ་དག་གི་ཅན་གྱིས་སྦྱས་པ། སྦྱོན་གྱི་ཡལ་འདབ་རབ་རྒྱས་ཤིང་། དྲག་དོག་ཆེར་མས་
གཏུང་བྱེད་པ། བྱད་མེད་ཤ་མ་ལི་ཤིང་ལ། ཆགས་ཅན་སྤྲུལ་འབྱུང་པར་བྱེད་ཀྱི་ རེས་འགའ་པར་
བས་ཀྱང་འཇམ། ལ་ལ་ཤོག་ལེ་བས་ཀྱང་རྩལ། སྤྲིག་རྒྱ་བས་ཀྱང་གྲུ་གྲུ་མང་། འབབ་རྒྱ་བས་ཀྱང་
ཐུར་དུ་རྒྱག་ཀྱི་ བྱད་མེད་རྣམས་ནི་དུག་སྤྲུལ་པའི་ནི། ཏང་པོ་མཐོང་བས་གཏུང་བ་འབར། རེག་ན་མི་
བཟད་ཟུག་དུ་བསྦྱིད། འགྲོགས་པས་འཕྲལ་དུ་འཛོམས་པར་བྱེད་ཀྱི་ རུས་པའི་ཀ་བ་རབ་རྒྱས་
ཤིང་། ཅ་དང་རྒྱས་པའི་དྲ་བས་སྦྱེལ། ཤ་ཤག་ག་ཤང་ག་ཅིའི་འདམ་གྱིས་བྱུགས། རུས་ཀྱི་ཁང་
རུལ་འདིས་ཅི་རུང་ཀྱི་ ཏང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རོ་དང་ནི། སྤྲིག་ལས་བྱུང་པར་གཞན་མེད་ཅིང་། སྤྲིག་
ནི་དབང་པོའི་ཡལ་མེན་ན། ཀྱང་རུས་འདི་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་ཆགས། སྦྱང་པའི་འདམ་གྱིས་གོས་པ་
ནི། མཁའ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱང་པའི་གནས། བསྐྱེད་མི་སྤྲུལ་བྱད་མེད་ལ། བྱེད་ཅག་ཆགས་པ་
རབ་དུ་ཐོངས། ཀྱི་

དོན་ཇི་པའི་ན་པོ། བྱད་མེད་དག་ནི་སྦྱོན་མང་བ། དྲག་དོག་ཆེ་བ། སྐབས་རེར་སྦྱོང་པ་
འཇམ་ཞིང་སྤྲུལ་པར་སྤྲུལ་པ་མཚམས་རེར་རྩལ་ཅིང་འཐབ་མི་བྱེད་པ། གཞོ་སྤྲུལ་མང་བ། མ་རབས་
ངན་པའི་ལམ་དུ་འགྲོ་བ། ཐོག་མར་ཡིད་དགའ་བས་ཆགས་ཏེ་གཏུང་པར་བྱེད་པ། བར་དུ་ལུས་
འབྱུང་པས་ཆགས་གཏུང་སྦྱིན་པ། ཐ་མར་རྣམས་དུ་འགྲོགས་པ་ན་འཕྲལ་དུ་འཕྱང་བར་འཇུག་པའི་རང་
པའི་ཅན་དེ་དག་ནི་ཆགས་ལྡན་སྦྱོ་བོ་རྣམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དགའ་ཡུལ་ཅོམ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་ནས་བཞུས་
ན་མཛེས་པར་སྤང་ཡང་དོན་དངོས་སྤྲུལ། བགས་པའི་འོག་ན། ཅ་དང་རྒྱས་པས་སྦྱེལ་བ། ཤ་ཤག་
དང་། རུས་པ། ག་ཅིན་སྤྲུག་སྤྲུག་གིས་གང་བ་ཅོམ་ཡིན་པས་རོ་ཁང་གི་ཤི་རོ་པོ་མཐོང་དང་སྤྲིག་
ཡོད་མེད་ཀྱི་བྱུང་པར་ཅོམ་ལས་མེད། སྤྲིག་ནི་མིག་དབང་སྤྲུག་གིས་ལོངས་སྤྲུང་བྱ་ཞིག་མ་

ཡིན་པས། རུས་པ་དཀར་པོ་དེ་ལ་སྤྲོད་པ་ནི་ཆོས་པ་མཁས་པ་ཆོས་སྒྲིབ་ཅིང་རྒྱན་པོར་བཅི་བས། མགོ་
སྒྲོར་གཏོང་ཞིང་མ་རུངས་པའི་བྱད་མེད་འདི་དག་ལ་བྱེད་ཅག་གིས་དགའ་བ་དང་ཞེན་ཆགས་མ་བྱེད་
ཅིག་ ཅིས་པའོ། །རྒྱན་ནི། ༡ མཐའ་དག་ག་ཟུགས་ཅན། ༡ བསྐྱར་དཔེ། ༡ སྐྱར་དཔེ། ༤
མཐའ་དག་ག་ཟུགས་ཅན། ༥ རྩོག་པའི་དཔེ། ༦ ཡན་ལག་ག་ཅིག་ག་ཟུགས།

དེ་ལྟར་ཡན་པའི་ཆོག་གི་ཕྱགས་ཀྱས་ཀྱང་འདོད་པས་ཕྱོས་པའི་སྒྲུང་པོ་འདུལ་བར་མི་རུས་
ཏེ། །སྤྲོད་པའི་ཆུ་གཏེར་དུ་འདུག་པ་བཞིན་དུ་ཕྱོལ་གསུམ་བྱད་མེད་དེ་ག་ལ་བ་དེར་སོང་ངོ། །དེར་
ཡང་ག་ཞོན་ཏུ་དག་པོ་དང་རྒྱན་པ་ཅན་འཁྲི་གིང་གི་ཡག་ཏུ་འདུག་ཏུ་བཅུག་ནས། །འདོད་ལྡིམ་བྱ་དེ་
དང་ཉེ་བར་ཕྱིན་ཏོ། །

༡ རྩན་ག་ཟུགས། ༡ ག་ཟུགས་ཅན་དཔེ་འགོད་དཔེ། རོན་ནི་ཡན་པའི་གཏམ་གྱིས་ཀྱང་
འདོད་ལྡན་གྱི་ཆགས་པ་རྒྲོག་ཏུ་མེད་པས་འདོད་སྤྲོད་ཀྱིས་དབང་མེད་དུ་དེ་དག་མཛེས་མ་གང་དེའི་ས་
རུ་སོང་ཞེས་དང་།

ལས་ཀྱི་ཕྱགས་ཀྱས་བཀྱག་པ་བཞིན། །ལུས་མེད་ལུས་ཅན་དེ་འོངས་ཏེ། །དཔའ་མོ་
ཆགས་པ་ནམ་པར་འཕེལ། །རྩེ་ཐེར་ཀྱང་འཕྲད་པ་བཞིན། །ཡིད་སྤུབ་ག་ཟུགས་ཅན་དེ་མཐོང་
ནས། །སྤྲོངས་པའི་གཏོང་ནི་ནམ་པར་འདུད། །རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་ཅོད་པན་དང་། །ན་ཆའི་
ཟླེད་ཀྱིས་ཞོན་པ་བཞིན། །ཟོལ་གྱི་ངོ་ཆས་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཀྱང་། །ཆགས་པའི་བྱར་མིག་ཡང་
ཡང་བརྟ། །བཅོས་མའི་ཁྲོ་གཉེར་རབ་བརྒྱས་ཀྱང་། །དགའ་བའི་འདུམ་ཟེར་གསལ་བར་གྱུར།
།མཐོང་ན་ཡིད་འཕྲོག་ག་ཟུགས་ཅན་གཉིས། །འགྲན་པ་བཞིན་དུ་དེ་ན་མཛེས། །མཛེས་སྤྱུག་ན་
ཆོད་མཆུངས་གྱུར་པ། །བཞིན་དང་མེ་འོང་ག་ཟུགས་བརྒྱན་བཞིན། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ལས་དབང་གིས་དྲངས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་ལྡན་དགའ་རབ་དབང་ཕྱག་
མེ་རུ་སྤུལ་པ་འདྲ་བའི་འདོད་ལྡིམ་བྱ་དེ་འོངས་པ་མཐོང་ནས། དཔའ་མོ་དེ་ཆགས་པ་ནམ་པར་འཕེལ་

ཏེང་ཆ་ནས་བརྟུལ་མ་ནུས་པར་རིན་ཆེན་སྒྲ་ཚོགས་ཅིང་པན་དང་ན་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པའི་མགོ་བོ་
དེ་ཡང་སྒྱར་ཅིང་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་འགྲོ་བའི་ཚུལ་བྱེད་ན་ཡང་ཆགས་པའི་བྱུར་མིག་གིས་ཡང་ཡང་
བརྟུལ་བ་དང་། མ་དགའ་བའི་ཚུལ་གྱི་གདོང་པ་ནག་པོ་རྩོན་པར་འབད་ན་ཡང་རང་དབང་མེད་པར་
དགའ་བའི་འཇུག་མཛེས་གསལ་བར་གྱུར། སྤྱི་མཐོང་ན་ཡང་ཡིད་འཕྲོག་པའི་ན་མཉམ་ལང་
ཆོ་ཅན་གཉིས་པོ་དེ་ནི་པན་ཚུན་སྤྱི་མཛེས་འགྲན་པ་བཞིན་དུ་དེ་ན་མཛེས་སེཞིས་པའོ། །རྒྱན་ནི། ༡
གཟུགས་དཔེ་སྤེལ་མ། ༡ ཀླུ་པ་དང་པོ་ནི་དཔེ་དཔེ་ཅན་དུ་གྱུར་བའི་གཟུགས་ཅན་དང་། ངང་
ཚུལ་རབ་རྟོག་ ༡ གཞི་གཅིག་གི་བྱ་བ་འགལ་བ། ༡ ངང་ཚུལ་རབ་རྟོག་དང་ཆོས་དཔེ།

དེ་རྒྱར་འབྲུག་པ་མཐོང་ནས་གཞོན་ནུས་དེ་ལ་སྒྲ་སྤྱི་མཛེས་པ་། ཀླུ་པས་ཀྱང་འཇུག་པའི་ཕུས། ཀྱང་ས་
རི་བས་ཀྱང་མཛེས་དགའ་རེད། རི་དྲགས་བས་ཀྱང་མིག་མཛེས་མ། མི་ལས་གཞན་ཁྱོད་སྤྱི་མིག་
ཡིན། ༡ བདག་ཅག་གསར་དུ་ཡོང་བ་ལ། རི་བས་པ་ཅོམ་ཡང་མི་སྒྲ་བར། ཀྱུང་མངས་ཚོལ་གྱིས་
གནས་པ་ལ། རི་བས་པར་རྩོན་པ་འདི་ཡིས་ཅི། ༡ ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་འདི་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་མཛེས་སེཞིས་བྱ་
མའི་མཛེས་པ་འཕྲོག་ན་སྒྲ་ཚོགས་རྒྱན་ན་མས་ཅི་སྒྲ་འཛིན། རི་དགའ་ཞིང་གསལ་བའི་བཞིན་རས་འོད་
ཀྱིས་བསིལ་བེར་ཅན་ཡང་རྒྱུང་ས་པར་གྱུར་ན་རྒྱ་ཅིང་ཕྱག་པ་འདིས་ཀྱང་ཅི། རི་ལ་ཕུས་སྤྱི་མིག་དང་ས་
རྩོན་གྱིས་ཀྱང་ཆང་ས་པའི་སྤྱི་དབང་སྤེལ་གཞོན་ནུས་ན་བཅོས་མའི་སྤྱི་ཡིས་ཅི་ཞིག་བྱ། རྒྱ་པར་གནས་
པའི་ཁྱོད་ཚུལ་ཅོམ་གྱིས་བྱུང་པ་ན་མས་ཀྱི་པར་ན་པ་འཛིན་ན་རྒྱུང་མང་བསྐྱར་ལ་བེལ་བས་ཅི། ༡ །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ལུས་འཇུག་ཞིང་དགའ་ལ་མིག་མཛེས་མ་ཁྱོད་ནི་རྩོན་པོ་ཞིག་གསལ་སྤྱི་
ཡིན། ང་འདིར་གསར་དུ་ཐོན་པ་ལ་འཆམས་འདི་ཅོམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་སྒྲ་རྩོན་འཕྲོལ་ཁུལ་གྱིས་
ང་རྒྱལ་རྩོན་པ་འདི་འདྲ་མ་བྱེད་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་འདི་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་མཛེས་སེཞིས་སྒྲ་ཚོགས་
རྒྱན་ན་མས་དགོས་པ་མེད་ལ། རི་དགའ་ཞིང་གསལ་བའི་བཞིན་རས་ལའང་རྒྱ་ཅིང་ཕྱག་པ་འདི་མི་
དགོས། ངག་འཇུག་པ་ལ་བྱུར་སྤྱི་མིག་དང་ས་རྩོན་འདི་འདྲ་ཡིད་པས་བཅོས་མའི་སྤྱི་ཡང་ལེན་དགོས་

མེད་ལ། བག་ཡངས་རྩོད་པར་གནས་པའི་སྒྲིག་པའི་སྤྱད་ཚུལ་འདི་འདྲས་ཀྱན་ཡིད་འགྲུགས་ན་ཆེད་
དུ་རྒྱུད་མང་བསྐྱར་ལ་བྲེལ་བར་བྱེད་པ་འདིར་ཡང་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཅེས་པའོ། རྒྱན་ནི། བརྒྱུ་
དཔེ། ༡ དྲེགས་པ་གཟི་བཅིང་ཅན། ༡ དཔེས་མངོན་གྱུར་འགོག་པ།

འབངས་མོས་སྐྱས་པ། རིགས་དང་སྐལ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས། །ཁྱོད་ནི་བྱོན་པ་ཤིན་
ཏུ་ལེགས། །ཡོངས་འདུའི་ཤིང་གིས་རྒྱན་པོ་བཞིན། །ས་འདི་ཡོངས་སུ་བརྒྱན་པར་མཛོད། །དགའ་
མ་མེག་གི་བདུད་ཅི་འདི། །འོ་མའི་ཁུ་གཏེར་བསྐྱབས་ལས་བྱུང་། །རིན་ཆེན་གོས་ཀྱི་སྒྲིང་ན་
མཛེས། །སྐབས་གསུམ་བདག་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད། །ལང་ཆོག་གསེར་བའི་སྤྱོད་ཆ་ལ། །མེ་
རྟོག་འབྲི་ཤིང་ཅན་ཞེས་བཏགས། །བྱེད་པོས་རབ་བྲིས་ཀྱན་དགའ་ཡི། །རི་མོས་ངེ་ལྟར་སྐྱབས་
འགྱུར། །མིག་འབྲས་བྱང་བ་རྣམ་འཕུལ་སྒྲིན་མ་ཡུལ་ལ་ལྟོན་པོའི་ཆ་ལ། །སོ་ཡི་ཟེའུ་འབྲུ་རབ་རྒྱས་
མཆུ་ནི་ཁུ་སྤྱོས་འདབ་ལྟར་དམར། །དྲི་བཟང་ཐིག་ལེའི་བྱ་ཕྱེད་ནུ་འབྱར་གཡོ་བའི་དུར་པ་ཅན། །ཡིད་
བཞིན་མཆོད་ང་མཆུངས་པའི་དཔལ་ནི་འདི་ཡིས་རྣམ་པར་འདིན། །

དོན་ངེ་བཞིན་པ་ནི། རིགས་རྒྱུད་དང་སྐལ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས། ས་འདིའི་རྒྱན་གཅིག་
ཁྱོད་ནི་བྱོན་པ་ཤིན་ཏུ་ལེགས། རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པའི་མཛེས་མ་ལང་ཆོ་སྒྲིན་པ་ཡོང་མའི་མཆོན་
ལ་མེ་རྟོག་འབྲི་ཤིང་ཅན་ཞེས་གསོལ། མིག་འབྲས་ཡིད་འོང་སྒྲིན་མ་མཛེས་པ། སོ་བྱང་མཛེས་ལ་
མཆུ་སྒྲོས་དམར་བ། དྲི་བཟང་འབུལ་ཞིང་ནུ་འབྱར་གཡོ་བའི་ལང་ཆོ་མ་འདི་ནི་ཆངས་པས་པེར་གྱིས་
བྲིས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཁྱོད་ལ་སྐད་ཆ་ངེ་ལྟར་བཤད། ཅེས་པའོ། རྒྱན་ནི། ༡ དག་དོན་དཔེ། ༡
བརྟན་དོར་ཕུལ་བྱུང་སྟེ། ཀྱང་པ་ཐོག་མ་གཉིས་བརྟན་དོར་ཅིང་རྟག་མ་བྱུང་འཕགས་ཕུལ་བྱུང་། ༡
གཟུགས་ཅན་བརྟན་དོར། ཀྱང་པ་ཐ་མ་གཉིས་ཀྱིས་འདི་ནི་ཆངས་པས་རི་མོར་བྲིས་པའི་གཟུགས་
བརྟན་ལས་མཛེས་མ་དངོས་མིན་པས་བྱེད་ལ་གཏམ་སྐྱ་མི་ཤེས་ཞེས་པ་སྟེ་བརྟན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ནོ། ༡
མཐའ་དག་གཟུགས་དཔེ། ཡན་ལག་ཅན་མཛེས་མའི་དཔེར་དཔེའི་ཡན་ལག་ཅན་ཡིད་བཞིན་མཆོ་

བོད་ཅིང་དཔེ་ཅན་གྱི་ཡན་ལམ་རྣམས་དཔེ་ཡན་ལམ་རྣམས་ཀྱིས་མཚོན་པ་སྟེ་དེ་ཡང་གཟུགས་རྒྱན་
དང་དཔེ་རྒྱན་གཉིས་ཀྱིས་བཞུང་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ།

དེ་ནས་དཔེ་གྱིས་གཞིན་རྒྱ་མ་མེད་ཀྱི་འཁྲི་ཤིང་ཅན་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཏུང་པ་ཤིན་ཏུ་བཟོད་
དཀའ་བར་གྱུར་ཅིང་འབངས་མེད་ཅེ་དགའི་གོགས་སུ་གནས་པར་རིག་ནས་དེ་ལ་བསྟེ། གྲོགས་
མེད་ལྷན་གསར་དུ་འོངས་པའི་སྒྲེ་པོ་འདི་ལ་མཐོན་དུ་བྱ་བ་པའི་མེད་ཀྱི་དང་འབྲས་བྱ་དག་ལྷན་ལ་
ཤོག་ཅིག

རྣམ་གངས་བཞུང་པའི་རྒྱན་ཏེ་དོན་གོ་སྟོན་ལོ། རིག་ནས་ཞེས་པ་ནི་དགོན་པ་ཞེས་པའོ། །

འབངས་མོས་དགོད་ཅིང་སྤྲས་པ། ཡིད་ཀྱི་གཏུབས་ཤིང་གིས་གཏུབས་པའི། ཆགས་
པའི་མེ་ནི་བཟོད་དཀའ་ཉིད། འདྲ་ཆས་བཅག་པར་མ་རྒྱས་ཏེ། འབྲུལ་དུ་མཛོན་པར་གྱུར་
ལ་ལྟོས། འདོད་ཆགས་གཞུ་ལས་ཅེ་དགའི་མདའ། ཤན་རྒྱན་ཅེ་བར་འདོད་པ་དག གྲུ་
ནས་ཤེས་བཞིན་ཁོ་མོ་ནི། གཞུ་དུ་བསྐྱད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། འོན་ཀྱང་རེ་ཞིག་འགྲོ་བར་
བྱའོ། ཞེས་ཏེ་སོང་ནས་ཤིང་ཐུང་ན་མེད་པའི་རྒྱ་འབྱུང་གི་ཤག་ཏུ་ཡིབས་ནས། དེ་གཉིས་
ཀྱི་སྒྲིང་པ་ལ་ལྷ་ཞིང་འདུག་གོ། དེ་ནས་གཞིན་རྒྱ་མ་མེད་ཀྱི་འཁྲི་ཤིང་ཅན་ཅེ་དགའ་ལ་འདུན་
པ་རིག་ནས། འདོད་ལྷའི་བྱས་སྤྲས་པ།

དོན་ངེས་པ་ནི། འདོད་པའི་ཆགས་པ་ནི་བཟོད་དཀའ་བས་འདྲ་ཆས་ཀྱང་འཕྲོག་མ་རྒྱས་པར་
ལམ་སང་བརྟན་སོང་། བྱིད་གཉིས་ཤན་རྒྱན་ཅེ་བར་འདོད་པ་ནི་ཁོ་མོས་སྤྲས་ནས་ཤེས་པའི་དཔེ་གཞུ་
དུ་མངགས་དགོས་དོན་མེད་ན་ཡང་བྱིད་ལ་དོགས་མི་བདེན་ང་སོང་ཆོག། ཅེས་ཀྱི་རིམ་ལྔ་ལ་སྤྲས་པ་
ལྟ་བུའོ། རྒྱན་ནི། ༡ དག་དོན་ལྷན་གཟུགས། ༢ ལྷན་གཟུགས་མཛོན་འཕྲོག་རྒྱན།

ལུས་ལྷ་བྱིད་ཀྱི་སྤྲ་ཞགས་ཀྱིས། བདག་ཡིད་མིག་འབྲས་རི་དྲགས་བྱུང་། ཡིད་ཀྱི་ཤིང་
རྩ་རྒྱན་གཅིག་བཅིངས། གཞུ་དུ་གཡོ་བའི་མཐུ་ལྷན་མིན། བདག་ལུས་གཏུང་བའི་དོད་འབར་

ཞིང་། །ཡི་ཐིམ་བྱགས་པ་རྩ་བུ་འདི། །དགའ་མ་མཁུར་ཆོས་དམར་བཡི། །ཉི་གཞིན་ཉེ་བར་གྱུར་
པ་བཞིན།¹ རྩོད་ཀྱི་རེག་པའི་གོས་དཀར་དང་། ལྷུང་པ་ལ་དྲིས་བསྐྱོས་ཁ་ཡི་ཆང་། །ཀྱན་དགའི་
གཏམ་གྱི་ན་རྒྱན་དག །སྤྱིན་པས་བདག་ཡིད་ཆོས་པར་མངོད།² །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། གཟུགས་བཟང་མ་རྩོད་ཀྱི་སྐྱ་རིང་པོས་ངའི་མིག་ཡིད་རྣམས་ཅིག་འཕྲོག་
པས་སེམས་པ་གཞན་དུ་འཁོར་བའི་རྒྱས་པ་མེད་ལ། བདག་ལུས་འདོད་པས་གདུངས་པའི་དམར་མདངས་
ནི་རྩོད་ཀྱི་མཁུར་ཆོས་དམར་པོ་དང་འབྲུ་ཞིང་། རྩོད་ཀྱི་རེག་བྱ་འཇམ་ཞིང་ཁ་དྲི་ཞིམ་པ། དགའ་
བའི་གཏམ་དག་གིས་ངའི་རེ་བ་སྐྱོང་བར་མངོད་ཅིག །ཅེས་པའོ། པ་རྒྱན་ནི། ༡ རྣམས་ཅིག་གཟུགས་
ཅན། ༢ དཔེ་ཅན་འཕར་མའི་རྒྱལ་ཡིན་མོད། ཀྱང་པ་ཐོག་མ་གཉིས་དངོས་དཔེ་དང་། ཐ་མ་
གཉིས་གཟུགས་ཅན་དང་དེ་ཡང་རྒྱུན་མའི་དཔེར་བྱས། ༣ དཔེ་གཟུགས་སྤེལ་མ། ཀྱང་པ་
གཉིས་པ་ནི་འབྲུ་མང་པོའི་ཆོག་རྩུད་ཀྱི་དཔེ།

དེས་སྐྱས་པ། ཞེ་མ་རྩོད་རྩ་མཐོང་གྱུར་པ། །བདག་གི་སྐྱལ་བ་ཅིས་མ་ཐོབ། །ལེགས་
བྱས་འབྲས་བྱ་ཅིས་མ་སྤྲོན། །བསོད་ནམས་ཆོང་ཐོང་ཅིས་མ་རྟེན།¹ །དགའ་བའི་སྤྱུ་ལོང་རབ་རྒྱས་
པས། །རྩ་གཤི་ཆོགས་ནམས་སྦྱངས་བྱས་ནས། །འཇུ་མ་པའི་མདངས་དཀར་གསལ་བ་ནི། །འདབ་
བརྒྱའི་ཆ་ལ་ལ་འགྲན་འདོད་བཞིན།² །གཞིན་རྒྱ་རྩོད་ཀྱིས་བྱུར་མིག་མཆོན། མེ་ཏོག་མདའ་དང་
རྣམས་ཅིག་འཕང་། །ཀྱི་མ་ལུས་དང་ཡིད་ཀྱི་རྩ། །ཆ་བའི་གདུང་བ་མཉམ་དུ་འཕེལ།³ །རི་པོང་
གཟུགས་བརྒྱན་མ་བྲིས་ཤིང་། །དཀྱིལ་འཁོར་འཕེལ་འགྲེལ་ཡོད་མིན་པའི། །རབ་གསལ་གཤོང་གི་
རྩ་བ་འདིས། །བདག་ཡིད་སྤྲེག་པར་བྱེད་པ་མཆར།⁴ རྩོད་ཀྱི་ལང་ཆོད་ཕྱགས་ཀྱ་ཡིས། །སྤྱིང་
དང་བརྟན་པ་རབ་དུ་འཕྲོག །གཡོ་མེད་པེམ་པོ་བཞིན་གྱུར་ན། །བཀྱར་སྤྱི་བར་ཇི་རྩུར་རྒྱས།⁵
།འོན་ཀྱང་ཅི་དུ་འཛོལ་དགའ་རྣམས་ལ། །རབ་དུ་མི་སྤྱོ་སྤྱོ་ཞིག་ཡོད། །འཁོར་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཤིང་རྩ་
དང་། །ཀྱང་པ་བྱུང་གིས་ལུས་བཏེགས་བཞིན། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ཨ་ལ་ལ། ཁྱོད་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་བྱུང་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་དེ་ནི་ང་
ལ་ད་བར་ཅིས་མ་ཐོབ། ཚོགས་བསགས་བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཅིས་མ་སྒྲིན་པ་ཡིན་ནམ། ཁྱོད་
མཐོང་བ་ཙམ་ནས་ང་ནི་དགའ་དྲགས་ཤིང་། ལྷག་པར་ཁྱོད་ཀྱི་ཆགས་པའི་བྱུར་མིག་དེས་ངའི་ལུས་
སེམས་ལ་འདོད་པའི་ཆགས་གདུང་འཕེལ་བར་བྱེད། ཁྱོད་ཀྱི་ལང་ཚོའི་དཔལ་འདིས་ངའི་སྤྲིང་དང་
ཡིད་དབང་རབ་ཏུ་འཕྲོགས་སོང་བས་ང་ནི་གཡོ་མེད་པེམ་པོ་འདྲ་བར་གྱུར་ནས་ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་མི་
ཤེས་པར་གྱུར་སོང་བས་ཁྱོད་ལ་བཀྲར་སྤྲིང་ལྟར་བྱེད་བྱུང། ཡིན་ན་ཡང་གཞོན་ནུ་ཁྱོད་འདྲ་མཁལ་
ན་ཅེད་འཛོའ་དགའ་སྟོན་འབྲིག་པར་མི་དགའ་བ་སུ་ཞིག་ཡོད། ཅིས་པའོ། ། རྒྱན་ནི། ༡ འགྲོད་
པས་འགོག་པ། ༢ ཚོས་དཔེ། ༣ བྱ་བ་རྣམས་ཅིག་ ༤ འགལ་གཟུགས། ༥ རབ་སྡེལ། གཟུགས་
དཔེ་ལུ་བྱུང་དང་བཅས་པ། ༦ ངག་དོན་དཔེ་སྟེ། ཤིང་རྟ་སོགས་ལ་འཁོར་ལོ་ཆ་རེ་དང་ལུས་
འདི་འདེགས་པ་ལའང་རྟ་དང་པ་ཆ་རེ་དགོས་པ་བཞིན་དུ་དེད་གཉིས་ནི་འབྲིག་པའི་ལས་ལ་ཆ་མཐུན་ཡིན་
ཞེས་པའི་དོན་ནོ།།

ཞེས་སྐུས་ནས། དེ་གཉིས་ཀ་སྟེང་མོས་ཆ་ལ་གྱིད་བྱས་སུ་རྩ་བ་ཚུ་ཤེས་གྱི་དོ་ལ་འདུག་སྟེ་
མེ་རྟོག་ནམ་པར་བཀྲ་བ་དག་གིས་ནི་ལུས་བརྒྱན། ཤིང་རྟ་རབ་ཏུ་སྒྲིན་པ་བྱ་བྱུར་པའི་མིག་ལྟར་
སེར་བ་དག་ནི་ཟ། འཁྲི་ཤིང་གི་འདབ་མ་གཞོན་ནུས་བསེལ་བའི་རྒྱུང་ནི་གཡལ་བ་ཅིང་། ཡན་ཚུན་
ཆགས་པའི་མིག་བྱུར་རྩ་ཁྲིང་ངོ་མཆར་བའི་གཏམ་དང་ཅེད་འཛོ་ནམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་པ་ནི་འཆི་མེད་གྲོང་
ན་གནས་པའི་དྲི་ཟ་བཞིན་བྱེད་དོ། རྟ་བས་དེར་མེ་རྟོག་འཁྲི་ཤིང་ཅན་གྱིས་ཤིན་ཏུ་སྟོན་པའི་བྱུང་དང་
རྒྱུད་མང་གི་སྒྲ་སྟེལ་ནས་བྱ་ཀ་ལ་པི་རྟའི་སྒྲ་ཡང་བེལ་གྱིས་གཞོན་པ་བཞིན་དུ་བྱས་ཏེ། མཛའ་པོ་ལ་
བརྟགས་པ། རྟ་བས་འདི་དག་ལ་སྟེག་པའི་ཉམས་ཀྱིས་བྱུང་བོ།།

ཀྱ་ལེ་འདི་རྩའི་སྐལ་བ་ཅན། རིགས་གཟུགས་ལང་ཚོ་ཕུན་ཚོགས་པ། འཛིག་རྟེན་འདི་
ན་ཡོད་མིན་ཏེ། བྱེད་པོས་སྐལ་བ་ཡིན་ནམ་ཅི་ ཁ་ཟེར་མུན་པ་བཞིན་བྱེད་ལ། མུན་པའི་ཁྲོད་

དུ་སྒྲུབ་བ་བསྟེན། །སྐལ་བཟང་མིག་གི་བདུད་ཅི་རྟེ། །སྐལ་ངན་ཡོང་བར་བྱེད་པ་མཆར།^༡ །དབང་
པོའི་གཞུང་དང་ལེགས་སྟེལ་བའི། །རབ་དཀར་ཆུ་འཛིན་གཞིན་ཏུ་ཞིག་ །ས་ཡི་རྟེང་དུ་བབས་
པ་ན། །ཁྱིའི་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར་རམ་སྙམ།^༢ །མི་མཐུན་རྒྱུད་གིས་མི་གཡོ་ཞིང་། །རབ་
གསལ་སྒོ་མིག་དང་ཐུན་པས། །དེ་ཡིས་འགྲན་པར་མི་བཟོད་དེ། །རི་པོའི་ཕྱེ་ལ་ཕྱོས་སམ་ཅི།^༣ །བཞིན་
རས་རྒྱ་བ་རྒྱས་འདྲ་མིག་ནི་པར་ལྟེ་འདུབ་ལྟར་ཡངས། །དུ་བ་འབྱིལ་འདྲའི་ཐོར་ཆུགས་འགྲམ་པ་རི་
དྲགས་རྒྱལ་པོ་བཞིན། །ཡན་ལག་པད་ཅ་ལྟར་འཇམ་བྱིན་པ་ག་ར་རྟ་དང་མཚུངས། །འགྲོ་འདི་
རྒྱན་པར་བྱ་སྟེ་མཛེས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲངས་པ་འདྲ།^༤ །

དོན་ཇི་བཞིན་པའི། །ཀུལ་འདི་འདྲའི་སྐལ་བ་ཅན་རིགས་གཟུགས་ཡང་ཆོ་ཕུན་སུ་མཆོགས་
པ་འདི་འདྲ་ཞིག་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་ཁྱིའི་ཡས་གཞན་ཞིག་མེད་དེ། །ཁྱིའི་ཆངས་པས་སྐྱལ་བ་ཡིན་
འདྲ། །སྐལ་བཟང་ལས་ཅན་མིག་གི་ཡོངས་སྒྱིད་མཆོག་དུ་འཕྱོལ་བ་ལས་སྐལ་ངན་ནམས་ཀྱིས་མཐོང་
མི་ཐུབ། །བཞིན་བཟང་བ་མིག་ཡངས་པ། །མཐོན་མཐོང་གི་ཐོར་ཆུགས་ཅན། །འགྲམ་པ་རྒྱས་
ཤིང་ཡན་ལག་འཇམ་པ། །བྱིན་པ་ལེགས་པ་འདི་ནི་མཛེས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲངས་པ་དང་འདྲ།
ཞེས་པའོ། །རྒྱན་ནི། ༡ ཐེ་ཆོམ་ཕུལ་བུང་། ༢ སྤྲིད་མིན་མཆར་རྒྱན། ༣ མཛད་བྱུང་དཔེ། ༤
དགག་པའི་རབ་རྟོག་ །དཔེ་ཅན་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲོན་པ། ༥ དཔེ་རྒྱན་སྟེལ་མ་རྟེ། །ཆོས་དངོས་
བྱུང་མིན་དཔེ་དང་བཅས་སོ།

དེས་ཀྱང་ཡིད་དུ་ཡོང་བའི་འཇམ་གྱིས་མཚུངས་ཡལ་འདུབ་བཀྱས་ཏེ་དགའ་མ་ལ་དང་བའི་
བཞིན་གྱིས་སྐྱས་པ། །འཇམ་གྱིས་བཀྱས་པ་ཞེས་པའི་ཏིང་འཛིན་རབ་རྟོག་རྟེ། །དོན་ནི་མཚུངས་འདུབ་
ལས་སོ་དཀར་བསྟན་པའི་ཆུ་ལོ།

མཛེས་མ་བཞིན་གྱི་མེ་ཡོང་ལ། །བདེ་འབྱུང་གཞུག་རྒྱན་འཕྲོས་སམ་ཅི། །ཐིག་
ལེ་མཆོག་མའི་ཡང་ཆོ་ནམས། །མ་ཕུས་ཁྱིའི་གྱིས་འཕྲོག་པ་སྙམ།^༡ །གངས་རིའི་ཕྱེ་མོ་བཞུ་

བཡི། ལུ་བས་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ལ་བྱགས། །མཚམས་སྤྱིན་དམར་བའི་ལི་བྲི་ལ། །མཁུ་རྩེ་བྱས་སམ་ཅི།^༡ །རྩ་འབྱར་རྒྱས་པའི་དདུལ་བྱམ་དང་། །མཚང་ར་རིན་ཆེན་རྟེན་གསུ་
ཡི། །བར་ན་སྟེང་པའི་ཆུ་སྟེས་ནི། །ཡོད་མེད་དདུང་ཐེ་ཆོམ་འཛིན།^༢ །རབ་དཀར་སོ་ཡི་ཕྱེང་
བཡི། །ཡོད་ཀྱིས་རྩ་སྐར་ཐེལ་མནན་ཏེ། །པད་མ་རྩ་ག་རྩ་དམར་མཆུ། །སྟོག་ཕྱེང་མཛེས་
པ་པམ་ཕྱེད་བཞིན། །སྟོག་མེད་གནས་ཀྱི་ཕྱོམ་དང་། །མཛེས་རྩུག་སྤང་ལ་གཞལ་བ་ལས།
།ཁྱོད་ཉིད་རྩུག་པར་ཅི་བཡིས། །ཞོར་འཛིན་རྟེང་དུ་ལུས་སམ་རྩམ།^༣ །ཁྱོད་དང་བསེལ་ཟེར་
མཆུངས་སོ་ཞེས། །སྟེང་རྩུག་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱགས། །དེ་ཆོ་འགྲན་པར་མ་རྩས་པས།
།རྩ་རྒྱས་ཞུམ་པར་གྱུར་པ་བཞིན། །ཁྱོད་ཀྱི་མིག་དཀྱུས་རིང་ཞིང་གསལ་བས་མིག་གི་དཔལ་
ཉམས་རི་དགས་དང་། །མཁུ་རྩེ་བྱས་དམར་བའི་རྩུག་རྩེའི་ཡོད་ཀྱིས་དེགས་པ་ཞུམ་པའི་མཚམས་
སྤྱིན་དང་། །སྟེང་རོས་ཕྱ་ཞིང་ཡན་ལག་མཛེས་པས་སྟེངས་པའི་ཅན་དན་འབྲི་གིང་རྩམས། །རྟེན་མས་
པ་བཏང་ནས་རྩུབ་རིའི་རོགས་ལ་ཕྱོས་ཏེ་འཁོད་པ་མ་ཡིན་ནམ།^༤ །ཞེས་སོ། །དེ་རྩུག་གྱུག་དང་
ཅེད་མོ་རྩམ་པ་རྩ་ཆོགས་པ་ལ་སྟོད་ཅིང་ཡུན་རིང་དུ་དེ་ན་འདུག་པ་འབངས་མོད་དང་། །ཡུལ་གཉིས་
ཀྱིས་ཀྱང་མཐོང་ནས་མཚར་ཞིང་ཡིད་གཡོ་བར་གྱུར་ཏོ། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ཀྱུ། མཛེས་མ་བཞིན་བཟང་མ། ལུས་རབ་དཀྱུག་པར་ལ་མཁུ་རྩེ་བྱས་
དམར་བ། རྩ་འབྱར་རྒྱས་པ། མཚང་ར་ཡངས་ལ་སྟེང་པ་ཞིན་དུ་ཕྱབ། རབ་དཀར་སོ་ཡི་ཕྱེང་
བས་དམར་བའི་མཆུ་རྩེ་བྱས་བརྒྱན་པ། མིག་དཀྱུས་རིང་ཞིང་གསལ་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་མཛེས་པ་ཐམས་ཅད་
ཐེལ་གྱིས་གནོན། ཞེས་པའོ། །རྩུན་ནི། ༡ རབ་སྟེལ། གཟུགས་ཐེ་ཆོམ་དཔེ་རབ་རྟོག་དཔེ། ༢
རབ་རྟོག་དཔེ། ༣ གཟུགས་ཅན་ཐེ་ཆོམ་ཕུལ་བྱུང་། ༤ ཐེལ་གནོན་དཔེ་འཇག་གཟེ་བཞིན་ཅན་དཔེ།
༥ བསྐྱར་བའི་རབ་རྟོག །སྟོག་མེད་གནས་ནི་རྩུ་ཡུལ་འོ། ༦ རབ་སྟེལ། དཔེ་གཟུགས་རབ་རྟོག
༧ དཔེའི་རབ་རྟོག

དཔ་གྱིས་འབངས་མེད་པར་འོངས། རྗེ་མོ་གཤེགས་པར་མཛོད་ཅེས་བརྒྱུལ། །ཁྱིད་ཀྱི་
བདག་པོ་ཁང་བཟང་ན། །དགའ་མའི་གཟུགས་ལ་སེམས་ཁིང་གནས། །དུས་མཐའ་སྤྱིན་ལྟར་ངམ་
ནག་པའི། །སྤྱུག་མའི་སྤྱོད་ཚུ་ལ་མི་ཤེས་སམ། །ཆོག་རྩལ་སེར་བས་མ་བཅོམ་པ། །དེ་སྤྱིད་བྱིམ་དུ་
འདུག་པར་རིགས། །དེ་ཐོས་མཆན་མའི་ཆུ་སྤྱེས་བཞིན་དུ་གྱུར། །སྤྱིད་ལྟན་མ་དེས་མེ་ལོང་ས་ལ་
གཟུགས། །དེ་ལོལ་སྤྱིད་དུ་ཀླ་བུང་གཅིག་བཞག །ཟླ་ཤར་སྤྱིད་ཆལ་ཅེ་དགའ་རབ་མཚོན་ནས།
།ཡིད་ནི་གཞོན་ཀྱའི་གདོང་ལ་ལེགས་བཀོད་དེ། །ཟོལ་གྱི་གོམ་པས་རང་གི་གནས་སུ་སོང་། །སྤྱིན་
མའི་གཞུག་པ་ཀང་བུར་མིག་མེད་ཀྱི་མདའ། །མཛེས་པོའི་འཕྲུལ་ལ་ཕྱིར་བརྟུགས་ཡང་ཡང་འཕྲུལ། །སྤྱིང་
ནི་དགའ་མའི་རྗེས་སུ་རབ་སོང་བས། །ཁང་སྤྱིང་བཞིན་དུ་གཡོ་མཛད་ལུས་ཅན་དེ། །དན་པའི་སྤྲེགས་
ཤར་མཛེས་རྒྱུ་ཟླ་བའི་གཟུགས། ། །ཀུན་རྟོག་པོར་གྱིས་འབྲེལ་ཁིང་དཔ་གྱིས་རྒྱུ། །

དོན་འདི་བཞིན་པ་ནི། གཡོག་མའི་གཡེར་ཉེ་སར་འོངས་ནས། ལུས་མོད་ལེབས་རིགས་
གནང་། །ཁྱིད་ཀྱི་ཁྱོགས་ཁང་བཟང་ནང་ན་རང་གི་དགའ་མ་མཛེས་མ་དྲན་བཞིན་ཡོད། གཏུམ་
དག་ཅན་སྤྱུག་མའི་སྤྱོད་ཚུ་ལ་ལོས་ཤེས། གཤེགས་ཤེས་བཏང་གོང་རང་བྱིམ་ལ་ལོག་ན་བཟང་། ཞེས་
བཤད་པ་དང་། མཛེས་མའི་གདོང་མཛོད་གཞོན་པུར་འགྱུར་ཏེ་རང་གི་མེ་ལོང་ས་ལ་བསྐྱངས་ཤིང་དེ་ལོལ་
ཐོག་ལ་མེད་ཀྱི་ཀླ་བུང་གཅིག་སྤྲེག་སྤྱིད་ཀྱི་སྤྱེས་བཞིན་པུར་ཀྱུ་ལྱེད་བཏང་ནས། །སེམས་
གཞོན་ཀྱི་ལ་ཆགས་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་སྤྱེག་འཕྲོས་ཀྱིས་ཕྱི་མིག་གི་མིག་ཟུར་ཡང་ཡང་ལྟ་བཞིན་རང་གནས་
སུ་སོང་བན། སེམས་དགའ་མའི་རྗེས་སུ་ཤོར་བའི་འདོད་ལྟའི་བུན་ལུས་འགྲུལ་ཅམ་ཡང་མཛད་པར་
ལུས་ན་ཡང་ཡིད་ལ་མཛེས་མ་དེ་ཡང་ཡང་འཁོར་ཁིང་བསམ་མོ། །རྗེ་མོ་ཞེས་པ་ནི་འདིར་གཅི་མོ་
དང་བདག་མོ། ལུས་མཐའ་ནི་བསྐྱེད་པ་འཛིག་པའི་དུས། སྤྱུག་མོ་ནི་
འདིར་ཁྱོག་དེའི་ཨ་མར་གོ། །ཟོལ་ཞེས་པ་འདིར་བསྐྱེད་པའི་ནམ་པོ། །ཀུན་ནི། ༡ བྱ་བཅོམ་རང་
བཞིན་བཛོད་པ། ༢ དཔེ་གཟུགས། ༣ ཟུར་གྱི་ངེས་བརྟན། བད་དོན་སྤྱེས་པས་སོ། ། ༤ ནམ་

པའི་ཐུ་མོ། ཡན་ལག་གཉིས་གཟུགས་དང་བཅས་པ། ཤེད་པེ་གཟུགས་སྤེལ་མ། ཕྱི་ལུས་ལས་
ནང་སེམས་པ་མེད་པས་ཁང་སྟོང་བཞིན་ནང་སྟོང་པ་དང་གཡོ་བ་མེད་པ་ནི་མཚུངས་ཆོས་ཉིད་ངོས་
ལུགས་གཉིས་ལྡན་གྱི་དཔེ་དང་། ལྡན་གཟུགས།

དེ་ནས་གཞིན་རྒྱ་འདོད་རྩེད་བྱ་དང་། གཞིན་རྒྱ་དག་པོ། ལུན་པ་ཅན་བཅས་རྩན་ཅིག་སྟེད་
ཆལ་ན་ཅེ་ཞིང་། ད་ནི་ཉི་མ་ཡང་ཡོངས་སུ་གྱུར་གྱི་མྱ་ངན་མེད་པའི་ཆལ་འདི་ཉིད་དུ་ཉལ་བའི་གནས་
བརྟག་པར་བྱའོ། །ཞེས་སྒྲ་ཞིང་འདུག་གོ།

ཉི་མ་ཡོངས་སུ་གྱུར་ཅེས་པ་ནི་ཉི་མ་རྒྱབ་པ་དང་། མྱ་ངན་མེད་པའི་ཆལ་ནི་སྒྲི་སེམས་སངས་པའི་ཉམས་
དགའ་བའི་ཆལ་ལོ།

སྐབས་དེར་ཉིན་མའི་བདག་པོ་ནི། །རྟ་ལྡང་བདུན་གྱིས་དངས་པ་ཡི། །རིན་ཆེན་ཤིང་རྟ་
རབ་བསྟོད་ནས། །ཁྱུ་སྐར་ལམ་ལས་ཡང་དག་ག་ཤེགས། །འཇམ་མིང་ཉེས་པས་སུན་བྱང་རྟེ།
།གཞན་དུ་འགྲོ་བར་བརྩམས་པ་ལས། །འདབ་བརྒྱའི་ཆལ་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །ཕྱིར་ཡང་རྟ་བར་
བྱེད་པ་བཞིན། །ཕྱན་མཚམས་གོས་དམར་གྱིས་གཡོགས་པའི། །རྒྱབ་ཀྱི་རི་ཅེར་དལ་གྱིས་བབས།
།གསེར་གྱིས་མཚན་པའི་རྟེགས་བྱུ་ལ། །མར་གད་བྱམ་པ་བཀོད་པ་བཞིན། །དེ་ནས་བ་མྱང་སྟོད་
མིང་གི། །སྟེ་འགྲོའི་སྐལ་བས་ཤོས་པ་ལྟར། །འོད་ཟེར་འབར་བའི་གྱུར་ཞུགས་ནས། །རྒྱབ་ཀྱི་ཁྱུ་
གཏེར་ཆེན་པོར་སོང་། །དེ་མཐོང་དུས་ལ་བབས་ཤེས་ནས། །གཞན་དུ་འགྲོ་བའི་ཐོལ་གྱིས་ནི། །དགའ་
མའི་གྲོང་འདབ་སྟེད་ཆལ་དུ། །འདོད་རྩེད་བྱ་ནི་རབ་དུ་ཞུགས། །མཇེས་མ་རྟེང་པའི་སྒྲུག་ཅི་ཡི།
།གྱུར་གྱུ་མ་གྱིས་བྱུགས་ས་གཞི་དེར། །སོ་ཅི་འཕོ་བའི་མེ་ཏོག་གི། །དྲི་བཟང་སྟོམ་ཞིང་དེ་ན་འདུག་
།དེ་ནས་ནམ་མཁའི་གྲིབ་མ་བཞིན། །ལུན་པའི་རྩ་རེས་ཁེབས་པར་གྱུར། །ཕྱོགས་ཀྱན་རི་དྲགས་
མིག་ཅན་ལ། །མིག་སྒྲན་ཆོན་གྱིས་བྱུགས་པ་བཞིན། །མཚན་མོ་སྤྲོན་པོའི་རལ་གྱི་ཡིས། །ཉིན་
མའི་སྤང་བ་གདུབས་པ་ཡི། །ཕྱེ་མ་མཁའ་ལ་གཏོར་བ་ལྟར། །སྐར་མའི་ཆོགས་གྱིས་རབ་དུ་གང་

॥ १७॥ ॥ ५०॥ ॥ ३९॥ ॥ २८॥ ॥ १७॥ ॥ ६०॥ ॥ ४९॥ ॥

9

ཀུམ་ཆལ་ནམས་ཀྱང་བཞད་པར་གྱུར་ཅིང་། ཁྱོག་གཉིད་ལ་ཤོར་བའི་གོ་སྐབས་ཐོབ་པའི་བྱ་མོ་
མེད་ཀྱི་འབྲི་ཤིང་ཅན་ཡང་རྒྱུ་བྱུང་བའི་མེས་ཀྱི་ཅན་དང་བཅས་ཆལ་དེར་འོངས་ནས་ཐུག་ ཅིས་
པའོ། །རྒྱན་ནི། ༡ དུས་ཤེས་བྱེད་རྒྱ། ༢ མེས་མེད་རབ་རྟོག་ ༣ ངག་དོན་དཔེ། ༤ རབ་
རྟོག་གཟུགས་ཅན། ༥ འོས་པའི་ཆ། ༦ གཅིག་གཟུགས། མངོས་ལྗོངས་དང་བྱ་བ་རྩིས་པ་གཉིས་
དོན། ༧ དཔེའི་རབ་རྟོག་ ༨ གཟུགས་ཅན་རབ་རྟོག་ ༩ ཡོན་ཏན་འགལ་བ། ༡༠ ངག་དོན་དཔེ།
༡༡ བྱུང་མིན་དཔེ། ༡༢ རབ་སྐྱེལ། རབ་རྟོག་དང་དཔེ་བྱ་བ་ལྷན་ཅིག་དང་བཅས་པའོ། ༡༣
ཉིང་འཛིན་རབ་རྟོག་ ༡༤ བྱུང་འཕགས་དཔེ། འདིར་གཞིན་ཀྱུ་ཟུང་མངོས་པ་ནི་མཁའ་རྒྱ་དང་རྒྱ་
རྒྱ་བཞིན་དཀར་ཁྱིམ་མངོས་པ་མཚུངས་ཤིང་། དེ་འདྲའི་དཀར་མངོས་ལྷན་ཅིག་པ་དེས་མཚན་མོའི་
ནམ་མཁའ་མཉམ་པ་སེལ་བ་དང་རྒྱ་བའི་འོད་ཀྱང་ནག་པོར་བྱེད་ཅིས་བྱུང་ཆེན་པོས་བཞུགས་པའི་དཔེ་ཡིན་
པས་དོན་ལ་ལྟུང་བྱུང་དཔེ་ཡིན་མོད། བཞུགས་ཀྱངས་མི་འདྲ་ཁྱིམ་འདིར་དཔེ་ཅན་དཔེ་ལས་རབ་ཏུ་འཕགས་
པའི་ཆུལ་དུ་བསྐྱགས་པས་ན་བྱུང་འཕགས་དཔེ་ཞེས་བྱའོ།

༡༥ གཞན་གྱི་རྒྱུང་མར་འོག་གཤམ་བྱས་པས་མཚོན་བྱུང་མེད་ལ་ཆགས་པའི་གཞན་དབང་
དུ་གྱུར་བའི་ཉེས་དམིགས་དངོས་བསྟན་པའི་ཆུལ་ནི།

དེ་ལྟར་གཞིན་ཀྱུ་འདོད་རྩའི་བྱ་དང་གཞིན་ཀྱུ་མ་མེད་ཀྱི་འབྲི་ཤིང་ཅན་གཉིས་སྟེང་མོས་ཆལ་
དེར་འདུས་ཏེ་དོ་ཡོངས་པའི་རྟེན་དུ་རྟེན་སྒྲུབ་མོ་བཞིང་པ་ལ་འདུག་ནས། བཟའ་བ་དང་བཅའ་
བ་ཅུང་ཟད་དག་ཡོངས་སྟོན་ཅིང་། ལྷ་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་གར་བྱས་ནས། མལ་རྟེན་དེ་དག་ལ་
བདེ་བར་ཉལ་ཏེ། འདོད་པ་དག་ཡོངས་སུ་བརྟེན་པར་བྱེད་དོ། ། འདོད་པ་དག་ཡོངས་སུ་བརྟེན་
པར་བྱེད་ཅིས་པ་ནི་འབྲིག་པའི་བྱ་བ་དག་ལའོ།

དེ་ཆེ་འདོད་པས་རབ་ཚིམས་ཀྱང་། །དགའ་བས་རོམས་པ་མེད་པ་བཞིན། །ཆགས་པས་
གཡོ་བའི་སེམས་ཤུན་མ། །ངལ་བས་གཡོ་བ་མེད་བཞིན་འགྱུར། །དཔལ་མོའི་མཆུ་ཡི་བེམ་པ་ལས།

།མཆིལ་མའི་སྤང་ཅི་བདུང་པ་ཡིས། །ཚྱོས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་ལྟོང་བྱ། །འབྲལ་དུ་གཉིད་ནི་རབ་དུ་
བརྟེན།⁹ །བདེ་བའི་ཁྱེད་ཀྱིས་དུབ་པ་ཉིད། །གཉིད་ཀྱི་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ་དེ། །འབབ་ལྷན་ཤུགས་
དང་བྲལ་བ་ཡི། །འཁོར་ལོ་ལྷ་བྱ་དེ་ན་མཛེས།¹⁰ །དལ་གྱིས་སྤེད་ལྷན་དེ་གཉིས་ཀྱི། །ངན་སྦྱོང་
འགྲོ་ལ་རྫོག་པ་བཞིན། །སྒྲ་རེངས་ལྷན་པའི་མེ་ལོང་ནི། །ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་སྤང་བར་གྱུར།¹¹ །དེ་
དང་ལྷན་ཅིག་འདོད་པ་ཡི། །ཅེ་དགའི་སྤྲུག་གཅོད་སྤྱོད་མོ་བཞིན། །སྤྱུག་མོ་ཉི་ཤར་མཛོད་ཕྱོགས་
པའི། །རྒྱང་པའི་སྤྱོད་ནི་མེ་རྫོག་ཐོས།¹² །བདག་པོའི་ཁང་བཟང་པོར་ནས་ནི། །རྒྱན་པོའི་གྲོང་རུམ་
ཐུ་ཕྱེད་མ། །གཡོ་ཅན་མ་དེ་གར་སོང་ཞེས། །ཆོག་རྩལ་དུག་མཛའ་འཕམས་གྱུར་པ། །ཆགས་
ལྷན་གཉིས་ཀྱི་རྫིང་ལ་བྱུག །འཛིགས་པའི་སྤྱོད་ལོང་རྩལ་མོ་གཡོས། །ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་བདེ་བ་
ལས། །བརྒྱ་འགྱུར་ལྷག་པའི་རྩལ་བུ་ལྷང་།¹³ །འབྲལ་བའི་མེ་ཡིས་རབ་གདུངས་པས། །བརྟེན་
པའི་གངས་རི་བཞུ་བ་བཞིན། །མཆི་མའི་ཐུ་རྒྱན་ཐུ་རྒྱུར་འབབ་པས། །རྒྱ་མའི་བུམ་པ་རབ་དུ་བུགས།
།ཐུ་སྤྱོད་ཆེན་པོས་རུས་སྤལ་ལྟར། །དབང་བྲལ་མ་དེ་རྒྱུག་མོ་ཡིས། །རབ་དུ་བཟུང་ནས་ཡན་ལག་
བཅིངས། །ཤིང་བལ་བཞིན་དུ་བདུངས་པར་གྱུར།¹⁴ །དཔྱགས་ཀྱིས་མགྲིན་པ་རབ་རྒྱས་ཤིང་། །འདར་
བའི་ལུས་ཅན་འདོད་ལྟོང་བྱ། །མི་མཐུན་རྒྱུང་གིས་བདས་པ་བཞིན། །སྤྱུག་པས་ཤིན་དུ་སྤྱུར་བར་
ཐོས།¹⁵

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། དེ་ཆེ་འདོད་པས་ཆོམས་ཀྱང་དགའ་བས་མི་ཆོམ་པ་ལྟར་ཆགས་པས་
གཡོ་བའི་སེམས་ལྷན་མ་དེ་ཡང་འདོད་པའི་སྤྱོད་ལོང་པ་ལ་བྲེལ་བས་ལུས་ངལ་བར་གྱུར་ནས་གཡོ་
འགྲལ་མེད་པ་ལྟར་གྱུར་ཅིང་། མཛེས་མའི་མཆུ་སྤྱོད་ལས་འགྲམ་ཆང་བདུང་བས་ར་བཟེ་བ་བཞིན་
དུ་འདོད་ལྟོང་བྱུང་ཡང་ལམ་སང་གཉིད་ཁྲུག །དེ་ནས་གཡེར་སྤྱོད་རེངས་ཤར་ནས་ནས་ལངས་པ་དང་
ལྷན་ཅིག་སྤྱུག་མོ་གང་དེས་མནའ་མ་མེད་པ་ཤེས་ཏེ་བཙལ་ནས་ཁོ་གཉིས་ཀའི་ཉི་ཤར་སྤྱོད་པའི་རྒྱང་
པའི་སྤྱོད་ནི་མེ་རྫོག་པ་ཐོས་ཤིང་། རང་བྱིམ་སྤངས་ཏེ་རྒྱན་པོའི་གྲོང་དུ་འཁྲལ་པའི་གཡོ་ཅན་མ་དེ་གང་

དུ་སྤང་ཞེས་པའི་ཆོག་རྩལ་དཀའ་པོ་དེ་ཆགས་ལྡན་གཉིས་ཀྱི་སྤྲོད་ལ་ཤོག་སྟེ་འཇིགས་པའི་བ་སྤྱག་ཟེངས་
 བེད་ཁ་འབྲལ་པའི་སེམས་རྒྱལ་གིས་མཆི་མ་ཡང་བཞུར། སྤྱག་མོས་མེད་ཀྱི་འཁྲི་བེད་མ་བཟུང་ནས་
 ཡན་ལག་རྣམས་བཅིངས་ཏེ་བརྟུངས་པས་འདྲི་ལྟོ་བུ་ཞི་སྤྱག་ནས་དབྱགས་ཀྱིས་མིད་པ་བརྟུངས་
 ཏེ་འདར་ཅིང་ཕྱིར་བརྟུངས་མེད་པར་ཐུར་བར་བྱོས། ཞེས་པའོ། རྒྱན་ནི། ༡ གཞི་གཅིག་གི་ཡོན་
 ཏན་དང་བྱ་བ་འགལ་བ། རྣམ་བར་གསལ་དང་དཔེ་ཡང་རྟོ།། ༡ འག་དོན་གཟུགས་ཅན། ༡
 འག་དོན་དཔེ། འབབ་ལྡན་ནི་རྒྱལ་ཁྱུ་དང་། འཁོར་ལོ་ཞེས་པ་འདིར་ཁྱུ་འཁོར་རོ། ༢ སེམས་
 མེད་རབ་རྟོག་ ༥ ཆོས་དཔེ། ༦ དང་ ༧ རྒྱན་དུ། དང་བཟོད་དང་གཟུགས་ཅན། རྟོག་ཕྱོགས་
 རྒྱར་རྒྱན་བཅས་རབ་སྟེ་ལོ། ཁྲིང་རུམ་ཞེས་པ་ནི་ཁྲིང་གི་ནང་རྟོ། རྒྱར་རུམ་ནི་ཨམ་ཕྱག་དང་
 ཉལ་སའི་ནང་དང་། ཨམ་ཕྱག་རུམ་རྩ་བུ་ནི་ཉལ་སའམ་ཨམ་ཕྱག་ནང་ལ་ཉར་པའོ། ༡ འག་
 དོན་གཟུགས་ཅན་ཏིང་འཛིན་རབ་རྟོག་དང་བཅས་པ་སྟེ། འབྲལ་གདུང་མེ་འབར་བ་དང་། བརྟན་
 པ་སྟེ་ཡིད་གངས་རི། མེག་ཁུ་ཆུ་པོ། ལུ་མ་བུམ་པ་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་སྤྱ་བོ་དེ་ཅིང་དེ་དག་ཀྱང་འག་
 དོན་དུ་སྤྱལ་བ་དང་། ཁྱུ་རྒྱན་གྱིས་བུམ་པ་དག་ཞེས་པའི་དོད་ལ་བཀྱས་ཞེས་བཟོད་པ་ནི་ཏིང་འཛིན་
 རབ་རྟོག་གོ། ༡༩ འག་དོན་དཔེ་དང་ཆོས་དཔེ། ༡༠ འཇིགས་ཉམས་དང་བཅས་པའི་འག་དོན་
 དཔེ།

དེ་སྟེར་གཞིན་ཀྱི་འདྲི་ལྟོ་བུ་སྤྱག་པའི་ཤུགས་དང་བཅས་ཏེ་འོངས་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་
 ཆོར་ནས་རྟུ་རྟུ་བ་པོར་སྤྱར་ཏེ། རིངས་པ་རིངས་པར་ཡངས་ནས་རྒྱན་གསུམ་པོ་ཕྱོགས་དེ་ཅིད་ནས་
 དོང་བ་དང་འཇིགས་པའི་གཞི་ཕྱིན་གྱིས་བརྟན་པ་དང་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་སྟོན་རབ་རྟུ་ཉམས། རྣམ་ཡང་
 དུ་ཉེ་པའི་རྣང་བརྟ་ཅང་གསལ་བ་མ་ཡིན་པས་ལམ་མཆོན་དཀའ་བར་གནས་པ་ལ་མིག་ཀྱང་མི་རྟོ་
 བར། གོ་མ་པ་གཞི་ཆོས་དུ་འདྲོར་ཞིང་རྒྱལ་པར་བྱེད་དོ། འདི་ལས་ཕྱོགས་དེ་ན་འབབ་ཁུ་བེན་དུ་དག་
 པོ་ཞིག་འདུག་པ་ལ་ཆོས་ཆོས་དུ་བཞུགས་པ་ལས། ཁུ་དེ་ལས་ཤུགས་ཀྱིས་དེ་དག་ཕྱིར་བར་སྤྱར་ཏོ། འདི་

ཆེ་བ་ལྟོང་མི་བཟད་པས་རབ་ཏུ་དགྲུགས་ཤིང་གཙོང་རོང་གི་དོན་ཅོན་པོ་ཡང་ཡང་བདེ་བས་པས་བྱུག་
 ཏུ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཕྱོང་སྟེ། ཆོང་ཆེན་པོ་བཏབ་པ་དང་། འབབ་ཆུ་དེ་དང་ཉེ་པའི་ཤིང་ཐུ་གྲོ་རྒྱུ་འཛིན་
 གནས་གཅིག་ན་ཏུ་པོ་གསུམ་འདུག་པས། སྤྱི་དེ་ཆོར་ནས་འདི་ཅི་ཡིན་ཞེས་བརྟགས་པར། །སྟེ་པོ་
 འཛིགས་པས་ཉེན་པའི་སྟེང་ག་དྲག་པོར་རིག་ནས། རྩིང་བཅེ་པའི་དབང་གིས་ཆུ་ཁྱུང་དེ་ག་ལ་བ་དེར་
 བྱིན་པ་དང་ཕུ་པོ་གསུམ་དེ་ཁྱར་གྱུར་པ་མཐོང་ནས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་བདག་ཉིད་ཆུ་འཛིན་དུ་ཞུགས་ཏེ།
 ལུས་རྩོད་པས་ཆེན་པོས་དེ་དག་བཀག་ཅིང་བཟུང་ནས་འགྲམ་དུ་བྱིན་པར་བྱས་སོ། །དེར་ཆུ་འཛིན་ཆབས་
 གྱིས་བརྒྱུད་པས་ཤིང་རྩོད་པའི་ཁེངས་ཏེ་བྱིན་པ་ཅམས་པ་དེ་དག་འཁྲི་ཤིང་གི་ཡལ་ག་དུད་པ་ལ་བཀག་པ་ནས་
 ཆུ་ནམས་བཅགས་ལ། འབྲུ་མར་གྱི་བྱུག་པ་འདང་བྱས། དལ་གྱིས་བྱིན་པ་རྩིད་པ་དང་ཤིང་ཐུ་གྲོ་རྒྱུ་འཛིན་
 བཞིག་ནས་དེར་བྱིན་ནས་རབ་ཏུ་དག་འཁོར་ཡིད་བདེ་བར་གྱུར་བཞིན་དུ་འཁོར་དོ། །གཞན་ཏུ་དེ་དག་
 གྲང་རང་གི་སྟོག་རྩིད་པས་དག་འབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་བཞིན་གྱི་འཇུ་མ་ཟེར་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལ་བཞི། དེའི་
 ཆེ་ཉི་མ་འཆར་ཁའི་ཕོད་གྱི་དྲ་བས་རབ་ཏུ་མཛེས་པ་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་རྩེང་བར་གྱུར་པ་དེ་དང་འགྲན་
 པ་བཞིན་དུ་འདུག་གོ།

མིང་འབྲེལ། ༡ ཐེལ་འཆུབ་པར། ༢ ལྷུར་བ་ལྷུར་དུ། ༣ སོང་བ། ༤ གང་བྱུང་དུ།
 ༥ ཐེ་ཆོམ། ༦ ཏུ་འཁོར། ༧ རྒྱང་མང་ཤིང་། ༨ མིང་པ་འགགས་པ་ལྟ་བུ། རྒྱན་ནི། རང་བཞིན་
 བཟྍད་པ་དང་། ༩ དཔེའི་གཟུགས་ཅན་ནོ།

དེ་ནས་གཞན་ཏུ་དག་པ་ཅན་གྱིས་སྦྱས་པ། ཐོགས་པོ་དག་བདག་གིས་རྩིན་དུ་སྦྱས་པའི་ཆོག་
 བདེན་པ་ཉིད་དུ་མ་གྱུར་ཏམ་ཅི། བདེན་པར་སྦྱ་ལ་ཡིད་མི་རྟོན། །ཉེས་པའི་ལས་ལ་སྦྱོར་བས་ཞུགས།
 །རང་གི་སྟེང་པའི་ཆོང་ཐོང་གིས། །རྟུག་བསྐྱལ་འཁྱུར་ནི་རབ་ཏུ་ཅོས། །གཞན་གྱི་བྱུང་མེད་ཕྱོགས་
 འདོད་པས། །རང་གི་སྟོག་གྲང་དེ་ཏུ་རེ་པོར། །འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་རབ་ཆགས་པས། །མི་འདོད་
 ཟུག་དུ་རྩིད་ལ་རྩོས། །རོ་ཆའི་བརྟན་པ་རབ་བྱལ་ཞིང་། །ལོག་པའི་ལམ་ལ་རྟུགས་པ་ཡི། །སྟེང་

པའི་གཙང་རིང་ནང་དུ་རྒྱུང་། །རྟུག་བསྐལ་བ་རྒྱབས་དཀ་པོས་གཡེངས། །ཀུ་རྟུང་པདྨ་ཡིས་ཁྱེར་
པའི་ལུས། །དེ་རིང་ངེད་ཅག་ནམས་ཀྱིས་བཏོན། །འདྲིང་ཆགས་ཀྱི་ཡིས་རབ་འཁྱེར་བ། །དེ་ལ་སྟུ་
ཡིས་སྟོབ་པར་རྟུས། །རི་མོའི་རོགས་ནས་རབ་རྒྱུང་གཙང་རིང་ནང་ཞུགས་ཐུང་དུ་རྒྱུར་པའོ་ཞིང་། །བྲག་
རིའི་རོགས་ལ་བདེ་བས་པའི་རྒྱབས་ཐྱེང་རབ་འཕྲོ་པའི་པད་བཀལ་དགའ་མིན། །རྟུག་པའི་རི་པོ་ལས་པོངས་
ཉོན་མོངས་རྒྱབས་འཁྱུགས་ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་རྟུག་ །འཁོར་པའི་རྒྱ་མཚོ་རབ་འབབ་སྟེ་ན་
འཛིང་རྒྱུ་པའི་བཀལ་དགའ་ཉིད། །རྟུག་བསྐལ་ཀུ་རྟུང་སྟོལ་ལ་ཟམ་རྟེགས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོར་འདུག་
པའི་གྲ། །དགེ་ལེགས་མ་ལུས་སྟེད་པའི་ས་གཞི་ཉེས་པའི་དྲི་བྲལ་ནམ་མཁའ་ཉིད། །ཕན་བདེའི་ལོ་
རྟོག་སྒྲིན་ཕྱེད་ཆར་རྒྱན་སྟེད་པའི་རྒྱན་སྟེ་མ་རྟེ་ཡང་ཅན། །སྟོན་བྲལ་ཆད་ཤུང་རྒྱུ་ཁྱིམ་ས་དེ་ཡི་ལོན་
ཏན་སྟུ་ཡིས་བརྟེན་པར་རྟུས། །

དོན་ཇི་བཞིན་པའི། ཁྱོད་ཆོ་བདེན་པར་སྦྲེལ་ཡིད་མི་ཆོས་པར་ཉེས་པའི་ལས་ལ་སྦྲེལ་
ཞུགས་ཏེ་རང་གི་འདྲིང་སྟེད་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་རྒྱུར་ནས་རྟུག་བསྐལ་བར་ཕྱེད། གཞན་གྱི་བྱང་མེད་
ཀྱང་འཕྲོག་འདྲིང་པས་རང་གི་སྟོག་ཀྱང་རྩེ་མིན་ན་བརྒྱུ་མོང་། འདྲིང་པའི་ལུས་ལ་ཆོས་ཆེར་ཆགས་
པས་མི་འདྲིང་པའི་ཟུག་རྩེ་ཆེད་པ་ལ་སྟོས་དང་། རི་ཆའི་བརྟན་པ་དང་ཅད་དེ་བྲལ་ཞིང་ལོག་པའི་ལམ་
ལ་རྟུགས་ནས་སྟེད་པའི་རྟུག་བསྐལ་ནང་དུ་རྒྱུང་སྟེ། ཐན་རྒྱུས་ཁུར་ནས་འཛིང་པའི་ཉེན་ཁ་བྱུང་བ་འདྲི་
ལས་དེ་རིང་ངེད་ཅག་ནམས་ཀྱིས་བསྟུ་བས་སོང་ན་ཡང་། འདྲིང་ཆགས་ཆེན་པོས་ལོག་ལམ་དུ་དྲངས་
པའི་ལས་སྟུས་ཀྱང་སྟོབ་མི་ཐུབ། རི་གཟར་རོས་ནས་དག་ཏུ་འབབ་ཅིང་བྲག་རིའི་རོགས་ལ་བདེ་བས་
པའི་རྒྱབས་ཐྱེང་འཕྲོ་པའི་རྒྱུང་ལས་བཀལ་བའི་མི་དགའ་ན་ཡང་། རྟུག་པའི་རི་པོ་ལས་པོངས་པའི་
ཉོན་མོངས་ཀྱིས་ངན་འགྲོ་ལ་རྒྱུང་བ་དང་ཡང་ཡང་འཁོར་པའི་སྟེ་ན་འཛིང་རྟུག་བསྐལ་ཁྱོད་པ་ལས་
བཀལ་བའི་ཏ་ཅང་དགའ་བ་ཡིན། རྟུག་བསྐལ་དེ་ལས་ཐར་ཕྱེད་དང་། དགེ་ལེགས་མ་ལུས་སྟེད་
པ་དང་། ཉེས་པའི་དྲི་མ་བྲལ་བར་འགྱུར་ཅིང་། ཕན་བདེའི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་དང་སྟེད་པ་ཉམས་

པར་འབྱུར་པའི་སྒྲིན་བྲལ་ཆད་བྱུང་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ཡི་ཡིན་ཉན་སྤྲུལ་ཀྱང་བཟོད་པར་མི་རུས། ཞེས་
པའོ། ལྷན་མི། ༡ བྱ་བ་འགལ་པའི་ཡོངས་བཟླས། ༡ ལྷ་འབྲས་འགལ་བ། དེའུ་ནི་དེའུ་འབྲས་ཉི་རི་
ཆེས་ཆུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་བད་རྩིང་དུ་ཉེ་བའམ་སྒྱུར་བ་དང་། དེའུ་མིན་ན་ཞེས་པ་ནི་རྟོག་ཅམ་མིན་
ན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པས། དེའུ་རེ་ཞེས་པ་འདྲ་ཅུང་ཅམ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་གོ་ན་འོས་སོ། ༡ རྩལ་གཟུགས།
༢ རྩལ་གཟུགས། ༣ རྩལ་གཟུགས། ༤ རྩལ་གཟུགས། ༥ རྩལ་གཟུགས། ༦ རྩལ་གཟུགས་ཅན་ལྟུང་གཟུགས་ཅན།

གསུམ་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡན་ཡིན་བསྟན་པའི་ཚུལ་ནི།

དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་། གཞོན་ཀྱ་དག་པོས་སྒྲུས་པ། ཀྱི། ཁྱེད་ཅག་གི་ཚུལ་
ཁྲིམས་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག །ཡང་ལམ་སྒྲུས་པ། དེད་ཅག་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་དམན་པའི་སྒྲེ་པོས་ཟླས་
སྤྱི་རང་བའང་མི་རུས་པ་ཞིག་གོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། དག་ལ་འད་གཞོད་པར་མི་སེམས་དཔྱེན་དང་ཆོག་
རྩལ་སྤྲོས་ཞིང་གཞན་གྱི་སྒྲིག་མིག་ཅོད། །འོངས་སྒྲིད་འདོད་པ་མེད་ཅིང་རྩལ་གྱིས་པ་རོལ་མི་བསྒྱུ་
མ་ཤིན་ཀྱིར་མི་ལེན། །འོག་ལྟ་དག་ཀྱལ་རབ་སྤངས་གཡོ་སྒྱུ་མེད་ལ་གཞན་གྱི་ཆུང་མར་ཅེ་མི་ཤེད།
།དག་ཆོས་རབ་འཛིན་རྒྱུ་པ་ན་མས་སྤྲོངས་གཞན་པ་ན་མི་འདོར་འདི་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉིད། རྩལ་པའི་
རང་བཞིན་བསྟན་པའི་དྲང་བཟོད་དེ། དོན་ནི་མི་དག་གི་བཅུ་སྤྲོད་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཟན་པའོ།

གཞོན་ཀྱ་ལྷན་པ་ཅན་གྱིས་སྒྲུས་པ། གྲོགས་པོ་དག་རྩལ་དུ་མི་སྒྲུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་རྩལ་
མ་ཡིན་ནམ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་སྟེད་ཀྱང་། ཁྱེད་ཅག་དེ་དང་ཟན་ཞེས་པ་ལ་
སྤྱི་ཞིག་ཡིད་ཆེས་པར་འབྱུར། སྒྲུས་པ། ཀྱི་མ། བདག་ཅག་དུས་འདི་སྟེད་དུ་འགྲོགས་སྤྱི་ཞིག་ཀྱང་
དེད་ཅག་གི་རང་བཞིན་དུང་མི་ཤེས་སམ་ཅི། འཕྲལ་དུ་རྩལ་པའི་སྒྲིད་ཚུལ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་གོ་བར་
སྤྲུལ་མ་ཡིན་ནམ། གལ་ཏེ་ཐེ་ཆོས་ཀྱི་ཡོང་རྟོག་གིས་ན་མ་དཔྱོད་ཀྱི་མིག་བསྒྲིབས་པར་བྱུར་ན། མཛོན་
སྤྲུལ་དུ་བྱས་པའི་ཐུར་མས་རབ་རིབ་ཀྱི་སྒྲིན་བསལ་བར་བྱའོ། ཞེས་སོ། །དེ་ནས་གཞོན་ཀྱ་གསུམ་

གྲིས་ནམ་མཁའ་ལྟ་ནམས་ལ་མགིན་གཅིག་ཏུ་སྤྲུལ་པ། གདོང་བཞི་པ་དང་པད་དཀར་མིག་ཅན་བདེ་
འབྱུང་བདེ་སྒྲིགས་བདག་པོ་རྟེན་བདུན་རི་པོར་ཅན། །རྩ་ཆེན་བྱེད་ཅག་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་ལེགས་ཉེས་
སྤྲོད་པ་ཀུན་གྱི་དཔང་དུ་གྱུར་པ་ཉིད། །གལ་ཏེ་བདག་ཅག་འཕགས་པ་དགེས་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་སྤྲོད་
མེད་དེ་དང་རྟག་ཏུ་འགྲོགས་བདེན་ན། །འདིར་ནི་རབ་ཏུ་དྲངས་པའི་མཁའ་ལས་རྩ་ལྷོས་མེད་ཏེ་ནམས་
ཀྱི་ཆར་པ་མུར་དུ་ཕྱེས། །དེ་ནས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་དག་གི་བདེན་པའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཀྱི་མཐུ་
ལས། དེའི་མོད་ལ་ཆངས་པ་ལ་སྒྲིགས་པ་རྩའི་ཚུ་ལ་པོ་ནམས་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་ལས། རྩའི་མེད་ཏེ་
རིན་པོ་ཆེ་རྩ་ཆོག་ལས་གྲུབ་པའི་པར་དང་། ཟུང་པ་དང་། མཛུར་བ་དང་། མཛུར་བ་ཆེན་པོ་
ནམས་ཀྱི་ཆར་མངོན་པར་ཕབས་སོ། །དེ་ཆོས་པའི་བདེན་པའི་ཆོག་ལ་རྩ་ནམས་རབ་ཏུ་དྲད་པ་ལས།
།རིན་ཆེན་ལས་གྲུབ་མེད་ཏེ་ཆོག་ལས་ནམས་དེ་དག་མངོན་པར་མཆོད་ཕྱིར་ཕབས། །ནམ་པར་བཀྲ་
བའི་འོད་ཟེར་གསལ་བས་ཐེ་ཆོམ་མུན་པ་སེལ་བ་བཞིན། །འདབ་ཕྱེང་འདྲུ་མ་ཞིང་གེ་སར་གཡོ་བས་
ཚུ་ལ་བྲིམས་བརྒྱུགས་པ་བརྟུན་པ་བཞིན། །དེ་རྩུར་གྱུར་པ་དང་ཕྱོད་གསུམ་ཡང་བྱང་ཚུབ་སེམས་
དཔའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཆད་དུ་བྱུང་བ་དང་། བདེན་པའི་ཆོག་གི་མཐུ་ཆེན་པོ་ལ་ཡིད་རབ་ཏུ་དྲང་ཞིང་རོ་
མཆར་ཐོབ་སྟེ། དགའ་བ་བརྒྱ་ཆེན་པོ་དང་འགྲོགས་ནས་སྤྲོད་ནམས་རང་གི་གནས་སུ་སོང་ངོ་། །

རྒྱན་ནི། ༡ བག་དོན་ལྷན་གཟུགས། ༢ བདེན་པ་བདར་ཅིང་ཤིས་པ་བརྟུན་པའི་རྒྱན།
༣ ངང་ཚུ་ལ་རབ་རྟོག་སྟེ། མེད་ཏེ་གེ་འོད་མདངས་འཆར་བ་དང་འདབ་མ་བྱེ་ནས་ཟེུ་འབྲུག་ཡོ་
བའི་ངང་ཚུ་ལ་དེ་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་མུན་པ་སེལ་དང་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་བརྒྱུགས་པའི་ནམ་པར་རབ་
རྟོག་བྱས་པའོ། །འདི་སྟེད་ནི་དེ་འདྲའི་རིང་པོ། ལེང་རྟོག་ནི་མིག་སྤྲིབ་པའི་ནད་ཅིག། ཐུར་མ་ནི་
འདིར་ལེང་རྟོག་བཅོས་བྱེད་ཀྱི་གསེར་གྱི་ཐུར་མ་ཞིག།

དད་དང་ངེས་འབྱུང་ཆད་གཞི་རབ་བརྟན་བརྒྱུལ་པའི་རིན་ཆེན་ཕྱག་བཀོད་ལེགས་བག་ཡོད་
དེས་པའི་རྩ་བས་བརྟོན། །ཆད་བྱུང་ཡོན་ཏན་མདའ་ཡབ་མཛེས་ཤིང་དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་དུ་བྱེད་

འཇགས་སྒྲིལ་གཞན་ཡན་བརྩོན་པའི་རྟ་བཙམས་ཅན། །འོག་སྒྲུབ་རྩལ་གསལ་བསྟོན་རྒྱལ་མིན་ལ་ཉོན་མོངས་
དབྱ་པོས་གཞིམ་པར་རབ་དཀའ་རྩལ་བསྒྲུབ་ཆ་གཏུང་ཡོངས་སུ་སྟོབ། །ངན་འགྲོ་འགྲོག་པའི་སྒྲིལ་གསལ་
དང་ནི་ཐར་པར་བཞོད་པའི་ཐེམ་སྒྲིལ་དང་ལྡན་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ཁང་བཟང་འདི་འདྲ་མཆར། །

འདི་ནི་རྩལ་པ་པོ་རང་གི་དགའ་བའི་ཕྱོགས་ལྗང་བཟོད་པ་སྟེ། དོན་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་
ལ་དད་དང་འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་བསམ་པ་རབ་རྟུབ་ཆེན་ཅིང་བསྒྲུབ་པ་གསུམ་དང་ལྡན་
པས་བག་ཡོད་ཞི་ཞིང་རྟུལ་བ། དེ་འདྲའི་ཆད་བྱུང་ཡོན་ཏན་གྱིས་མངེས་ཤིང་བླན་དང་ཤེས་བཞིན་
གྱིས་ཟིན་པའི་ངང་གཞན་ཡན་ལ་བརྩོན་ཅིང་རང་ཉིད་འོག་པར་སྒྲུབ་པའི་ལམ་ལ་མི་གཏོང་ཞིང་ཉོན་
མོངས་གྱིས་གཞིམ་པར་དཀའ་བས་འབྲས་བྱ་རྩལ་བསྒྲུབ་ལས་ཡོངས་སུ་སྟོབ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། མདོར་
ན། ངན་འགྲོ་འགྲོག་པ་དང་ཐར་པར་བཞོད་པའི་ལམ་དུ་འབྲུག་པ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་གྱི་ཆོས་ཚུ་ལ་
འདི་ནི་ངོ་མཆར་ཆེ་ཞེས་པའོ། །རྒྱན་ནི་ངག་དོན་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་མོ། །

དེ་ལྟར་འཛིག་རྟེན་ན་ཉམས་པ་ནི་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་མཆོག་ཡིན་པ་དང་། འདོད་ཆགས་
གྱིས་ནི་གཏུང་བ་དང་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་རབ་རྟུབ་ཆེད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་
དཔལ་ཉམས་པ་ནི་རྩོམ་པ་དྲིང་། དགེ་བའི་ཆོས་རྩལ་པ་དྲིང་། གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་
དྲིང་རྟུག་ཏུ་འགྲོགས་པའི་ཆེ་བ་ཡོངས་སུ་བཟོད་པ་དང་། དེ་ལྟར་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་པས་བདེན་
པའི་མཐུ་རབ་རྟུབ་འབྲུག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཀྱང་སྒྲུར་བར་བྱའོ། །རབ་རྟུབ་བྱེད་པ་གསུམ་པའོ། །

རབ་བྱེད་གསུམ་པའི་བརྟན་དོན་གཙོ་བོ་མདོར་བརྟན་པ་སྟེ་གོ་སྟོབ། ༡་ ཉམས་རྟེན་ཆེ་
མོས། ༡། མི་དགེ་བཅུ་མོགས་སྟོང་པ། ༢། དགེ་བཅུ་མོགས་སྒྲུབ་པ། ༣། བག་ཡོད་སྟོང་པ་
མོགས། ༤། བདེན་ཆོག་བཟོད་པའི་ལས་འབྲས།

ལྷ་མོ་སྒྲུབས་ནི་ད་ལྟ་ས་རྒྱ་པོད་གྱི་མཐོ་རིམ་སྟོབ་གཉེར་ཁང་གི་སྟོབ་དཔོན་དང་མདོ་སྟོབ་སྡེ་འབྲས་རེད།

༡༡། གནའ་དང་གཤིང་མིའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལམ་སྲོལ་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་
མཐོང་ཚུལ་རགས་ཅམ་སྒྲུང་བ།

བོད་དགེ་ཆེ་རིང་ལྷ་མོ།

བོད་ཀྱི་ལ་ཁབ་འདི་འཇམ་སྒྲིང་འདྲིའི་རྒྱུད་གཞི་རྩ་ཚུགས་ནས་ད་བར་དར་ཤུགས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་
ཀྱག་ཀྱོག་དུ་མའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་སྐབས་རེ་ཀྱུ་སྐར་གྱི་ཀྱུལ་པོ་བཞིན་དུ་མངོན་པར་འཕགས་པའི་བོད་
ཟེར་ལྷན་ལ་སྐབས་རེ་རྒྱུད་ནག་ཁྲིད་ཀྱི་མར་མེ་བཞིན་འོད་ཉམས་པའི་ཕམ་ཉེས་ཀྱི་དུས་རབས་དེ་དག་
གི་ཐམ་སྟེ། ད་ལྟ་བའི་དུས་འདིར་ཀྱུལ་ཁབ་ཀྱི་རང་ས་ཤོར་ནས་བཅན་གཞོན་དང་བཅན་བྱོལ་གྱི་
ལས་དབང་མྱོང་དགོས་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྤངས་འདི་རྒྱབས་རྒྱུན་དུ་གཤིང་ཁྲིད་ཀྱི་གྲུ་གཟིངས་
ལྟ་བུར་གནས་པའི་བོད་མིའི་ཤེས་ཡོན་གནས་སྤངས་དང་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད་པས་སྒྲིང་འཇིང་པ་
ལྟ་བུའི་འབྲལ་བ་ལྷན་ཡོད། སྤྱིར་ཤེས་ཡོན་ཞེས་པ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་མཁྱོའི་ཡོན་ཆ་དང་མཐོ་རུ་གཏོང་
བྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ་ཞིག་ཡིན་པས་བོད་ཀྱི་ཐོག་མའི་ཤེས་ཡོན་ནི་སྤྱང་རྩལ་པོན་གསུམ་ནས་འགོ་ཚུགས་པ་
ཡིན། དེ་དག་གིས་བསྐྱངས་པའི་ཀྱུལ་རབས་ནང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གསར་གཏོང་བྱུང་བ་དང་། ལྷན་
ཡིག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་མིའི་ཤེས་ཡོན་གནས་ཆད་གོང་མཐོང་གཏོང་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་
བོད་འདི་ཀྱུལ་རྒྱུད་རིང་ལུགས་ཀྱི་དུས་རབས་ནས་ཤེས་ཡོན་གྱི་གཞི་ཆ་ལེགས་པར་ཚུགས་ཏེ་ཀྱུལ་ཁབ་

གྱི་ཆབ་ཤིང་སྤྱོད་པའི་ཀ་པ་ལྟ་བུའི་ལས་འབྲུང་བླངས་ཡོད་པ་ཡིན། ལྷག་པར་ཆོས་ཀྱི་པ་ཁྲི་སྤྱང་རྩེ་བུ་
 བཅོན་གྱི་སྐད་ས་སྤྲུལ་ལོ་ཙཱི་སྤྱང་དང་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྲེགས་ར་དུ་བརྟགས་པ་སོགས་ལས་ཤེས་
 ཡོན་གྱི་མང་གཞི་དེ་དག་གྲ་རྒྱས་དང་བྱུང་ཆད་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཡོད། དེ་ལྟར་ཤེས་ཡོན་གྱི་བྱུང་ཆད་ཆེ་ཤོས་
 ཞི་བོད་པས་ལ་བུའི་དུས་རབས་དང་ས་སྐྱེས་བོད་ལ་དབང་ལུང་བསྐྱར་སྐབས་ནས་བཟུང་ཡིན་པར་མ་ངོམ།
 དེའི་དུས་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་བརྩམས་པའི་སྒྲིམ་གཞི་མངོན་གསལ་ཐོག་ཐོན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་
 ལ་ཤེས་ཡོན་གྱི་བྱུང་ཆད་ངེས་ཅན་རྒྱ་ཆེར་ཕྱིན་ཏེ་དགོན་པ་ཁག་གི་དགེ་འདུན་གྲངས་འཛོམས་ཆེན་པོར་
 དར་འཕེལ་བྱུང་ཡོད། འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་རིམ་ནང་སྐྱེ་བོའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ད་དུང་ཤེས་ཡོན་ལ་
 དེ་ཅིམ་དང་འདོད་མེད་པ་མ་ཟད་གཞུང་འབས་ངོ་མ་ཆོར་ཡང་ཤེས་ཡོན་གནས་ཆད་ལྡང་ངེས་ཤིག་
 བྱུང་མེད་ཤས་ཆེ། སྤྲོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བརྟུན་ན། བོད་པས་ལ་བུར་འཐོར་ནས་བཟུང་བར་བཞུལ་
 དུས་རབས་ནང་མཁས་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་ཆེན་ཐོན་ཡོད་པས་ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་སྤངས་རྩིས་ལུས་འེད་
 ཅེས་བརྗོད་ཐུབ་ཐབས་བྲལ་ཡང་དར་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོ་ལངས་ནང་རྒྱ་དམར་གྱིས་སྐབས་བདེ་པོའི་ཐོག་ང་
 ཆོ་བཅོན་བཟུང་བྱས་ཡོད།

རྒྱུ་ལྡན་གྱིས་ཤོད་ཡོངས་བཅོན་བཟུང་བྱས་པའི་རྗེས་ཤེས་ཡོན་གྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་འང་འགྱུར་
 བ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ནས་བཅོན་གྱི་ལ་ནང་གཞིན་སྐྱེས་ཏུ་ཆ་བརྒྱ་ཙམ་ལ་ཤེས་ཡོན་བྱུང་འཕེལ་བྱུང་བ་
 དང་ཤོད་ནང་བརྒྱ་ཆ་གསུམ་ཙུ་ཙམ་གྱི་གཞིན་སྐྱེས་ལ་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཆ་གས་ཐོབ་ཡོད་པ་ནི་གནད་དོན་
 ལ་རོབ་ཙམ་དཔྱད་པའི་ཐིག་ཐོ་ཙམ་རེད།

ད་མི་དྲུས་རབས་འདིར་བཅན་ཤིང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཤོད་གྱི་སྒྲིབ་གྲུ་ཆེ་འཕྲང་ཆུང་གསུམ་
ཡོད་པས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་ཡིག་ཚངས་པའི་ནམ་པར་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ནས་བཞད་
ན་ཤེས་ཡོན་གྱི་བྱབ་ཆད་མཐོ་ཤིས་སུ་སྒྲེབས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དྲུས་རབས་གྱི་འགྱུར་འགྲོས་དང་རྒྱལ་
སྤྱིའི་ཤེས་ཡོན་གནས་ཆད་དང་བརྒྱུར་ན་ཤེས་པ་ཅིས་བྱ་བྱུང་ཅང་མང་པོར་ཆོའི་མདུན་ལ་ཉག་ཡོད།

ཡིན་ཆོ། དེ་དག་ནི་དུས་རབས་འདིའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་བར་ཆད་ཆེ་ཤོས་རྣམས་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་ལ་གཞིགས་ནས་རང་གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་ཞིབ་འཇུག་པ་ཡང་
སེ་གཏོང་རྒྱ། མ་ཟད་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ལས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་ཆང་གི་འོས་འགན་རང་གཞུང་ནས་
གནང་བྱ་བ་ན་ཆུན་པོ་ཆོ་ཆང་བས་ཆེན་མང་དག་ལ་གཤམ་ཆེད་འགན་སྲུང་བྱེད་བྱེད། ད་དུང་དུས་རབས་
འདི་ལྟའི་རང་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ལས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱི་མི་ཆེད་མཁུན་ལ་མ་སློབ་ཆོན་བྱེད་ཕྱོགས་
(Counselling) གྱི་སློབ་བཅར་རམ་བྱེད་པའི་སེམས་ཁམས་ལ་བྱམས་བཅེད་ལ་མ་སློབ་ཆོན་བྱེད་ཀྱི་འོས་
སློབ་བཅར་སློབ་ཀྱི་དཔེ་དང་གཤམ་ཆེད་ཆ་ཆུན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་འདུག་སྟེ། གཅིག་ཐད་ནས་བརྟེན་ནས་
ཆོ་ཆང་མ་ནང་པ་ཡིན་པར་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་ཤུགས་ལ་རང་སེམས་ཤོག་
ཞིབ་བྱས་ན་ཆོ་ཆང་འོས་འབྲེལ་གྱི་ནང་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་དམ། གཅིག་བྱས་ན་སྤྲོད་ཅན་བཟུང་ནས་
གི་ཤུགས་སྤྲོད་སྤེལ་ཡོད་ཟིན། སྤྲོད་སྤེལ་པ་སྤྲོད་ཀྱི་ཀྱང་ཟད་དང་ཡོན་ཏན་ཀྱང་ལྡན་གྱི་ནང་པའི་ཆོས་དེ་བཟུང་
ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལས་ལྷག་པའི་མི་ཆེད་ལ་མ་སློབ་ཆོན་ཞིག་ག་ལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་དང་དུས་ནང་
ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་པོ་ཞི་སྤྱོད་པའི་ཀྱང་དང་ཐག་ཇེ་རིང་དུ་གནས་པས་ཟང་ཟང་འདྲུ་འཛིན་མཁུ་རྒྱུ་མཆོག་
དམན་ཀྱང་ལ་བྱེད་ནས་སྤྱོད་པའི་ཀྱང་དེ་འགྲུག་ཐབས་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་འཆར་འོངས་ཡོང་བ་ཞིན་པའི་
བྱེད་པའི་ཆོད་འཆོ་བར་དེ་དང་དུས་ཀྱིས་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་མི་ཆེད་ལ་མ་སློབ་ཆོན་དང་སློབ་ཆོན་བྱེད་འབྲེལ་
གྱིས་སྤྱོད་པའི་ཁོར་ལུག་ཅིག་ཏུ་ཅང་གིས་དགོས་མཁོ་བར་གྱུར།

ང་ཆོས་འབྲུ་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་པོ་ཞི་སྤྱོད་པའི་ཐབས་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་འགན་སྲུང་
བྱེད་པ་མ་ཟད་ཅ་ཆ་དང་གཞན་འབྲུ་མེད་པ་བཟོ་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་མེད་དམ། དེ་ནི་སོ་ནམ་པ་ཞིག་གི་
ངག་ནས་ཐོན་ཟིན་ནའང་ང་ཆོད་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཞིང་སའི་ཐོག་ལ་འང་མི་འཆོམས་པ་གང་ཡང་མེད། དེས་
མ་ཆད་ས་པོན་ལ་རུལ་སྤྲོད་དང་ལྡན་སྤྲོད་བྱུང་ན་ཕྱི་ལོའི་ལོ་ཉོག་ལ་རེ་བ་ཞིག་ཡོད་དམ། ང་ཆོད་སྤྱི་
ཆོགས་ཀྱི་དབང་པོ་རྣམས་རང་དབང་གིས་ཕྱི་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་པས་ཕྱིའི་ལེགས་ཆ་མཐོང་དགོས་

པ་མ་ཟད་ནང་གི་དགེ་སྦྱོན་ལ་ཉེ་གཞི་བ་ནས་ཏན་ཏན་བྱེད་འོས་པ་ཡིན། དེ་མིན་ན་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལུང་
མའི་འོག་གི་ཆུ་དོང་རྩ་བུ་དང་ཡང་ན་རྒྱང་མངའ་སྟོན་རུལ་ལྷ་བུར་འགྱུར་ཉེན་ཡོད། དེའི་ཐོག་ད་ཆ་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདག་དབང་སྤར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་འདྲ་བའི་དྲག་གི་དུས་རབས་དེ་རྩ་བུའི་ནང་མགོ་རུལ་ན་བས་མི་
ཆོར་ཟེར་བ་ལྷར་གནས་ན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཕྱི་བས་སྟོང་འཁོར་ལོར་བྱུངས་ཁྲག་བྱུག་པ་དང་ཁྲར་པར་ཅི།
དེས་མ་ཆད་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་མི་རབས་ཆོས་ང་ཆོར་འཁོན་འཛིན་བྱེད་ངེས་ཡིན། དེས་ན་མིའི་རིགས་
བདེ་སྤྱིད་ལྷན་ཆེད་འཇམ་སྒྲིང་གི་ས་ཆུ་མཁའ་རྒྱུད་ཁྱོན་ཡོངས་དོ་མཉམ་དང་མངའ་སྟོན་ལྷག་ལྷན་པ་ཡོང་
ཆེད་འགྲོ་བ་མི་ལ་འོས་འགན་ཡོད་པ་བཞིན། ང་ཆོའི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་འདི་རང་རིགས་ཀྱིས་འཕགས་པར་
སྦྱོང་ཆེད་བྱིས་པའི་ཡིད་ཁམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ལ་མ་ཁ་མེད་པའི་ཐོག་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཡལ་འདབ་རྒྱས་པའི་རྫོན་
པའི་དབང་པོ་རྩ་བུར་གསོ་སྦྱོང་བྱུང་པར་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་ངེས་སྟེ། ॥

ཆེ་འིང་ལྷ་མོ་ནི་ད་ལྷ་མ་སུ་རིག་ཏན་སྟོབ་གྱི་སྟོབ་དགེ་རེད།

༢ གཞུགས་པའི་གྲོ་ཁྲིའི་འཕྲུལ་ལྟ་ལྟོས་པའི་གསལ་བྱེད་པ།

དགེ་བཤེས་སྤོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན།

བཀའ་འཁོར་རིམ་པ་གསུམ་དང་བཀའ་བརྒྱའི་སྒྲིབ།

སྒྲིབ་པ་རྒྱུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་རྒྱལ་བ་གཤེན་རབ་མི་བོ་དེ་ཉིད་ཟག་མེད་མཚན་དཔེའི་སྒྲིབ་
མཚན་མངོན་པར་བཞད་པ་ནས་བཟུང་སྒྲིམ་ཏུག་མུ་ངན་ལས་མ་འདས་བར་དུ་གསུངས་པའི་བོན་སྒྲིབ་
གངས་མེད་པར་མཆིས་པ་ནམས་ཀྱང་བརྒྱས་ན་བཀའ་འཁོར་ཐོག་ཐ་བར་གསུམ་དུ་འདུས་པ་ཡིན་
ཏེ། ཡེ་ཤེས་གསལ་སྒྲིབ་ལས། བཀའ་རབ་འབྲུམས་ཐེག་པ་བོན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཡང་། མདོ་རུ་བརྒྱས་
ན་བཀའ་འཁོར་ཐོག་ཐ་བར་གསུམ་དུ་འདུས་ཏེ། དེ་ཡང་བཀའ་དང་པོ་རྒྱ་འབྲས་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་
རུ་གསུངས་པ་དང་། བར་པ་བདེན་གཉིས་སྒྲོ་བཞི་མངོན་དང་ཐུ་གསུངས་པ་དང་། ཐ་མ་དོན་
དམ་སྲི་ནང་གསང་གསུམ་དུ་གསུངས་པ་དང་གསུམ་མོ། ཁེས་དང་། བརྒྱན་པ་རྒྱུས་བཞག་གི་མདོ་
ལས། བཀའ་ལ་ཐོག་ཐ་བར་དང་གསུམ། དེ་ཡང་སེ་སེར་དཔེ་བ་ན། དང་པོ་ཀྱན་རྒྱུ་བདེན་པ་
གསུངས། བར་པ་བདེན་གཉིས་དོ་མཉམ་གསུངས། ཐ་མ་དོན་དམ་བདེན་པ་གསུངས། དེ་ཡང་
མངོན་པ་བརྒྱུགས་ཀྱི། བརྒྱན་རྒྱལ་ཡན་ཆད་ཀྱན་རྒྱུ་ལྟོས། རྒྱུས་བཞག་ཡན་ཆད་བདེན་གཉིས་
ལྟོས། བྱང་འདས་ཡན་ཆད་དོན་དམ་ལྟོས། ཁེས་གསུངས། བཀའ་འཁོར་དང་པོ་ནི། རྒྱལ་གྱི་

ལོ་མཛོད་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་མཛད་པའི་ཁོངས་སུ་གསལ་བའི་ཀུན་རྫོབ་དོན་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་བཀའ་
རྒྱུ་ལོན་པའི་དུས་ལྟར་། རིག་པའི་གནས་ལྟུང་བརྒྱུ་པའི་བཀའ་དང་པོ་དང་། ཐེག་པ་
རིམ་དགུ་པའི་བཀའ་དང་པོ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་རྒྱལ་བུས་བཀའ་བྲིམས་སྟུང་པའི་མདོ་དང་།
བཟོ་རིག་དང་སྐད་བརྒྱུར་སོ་སོའི་མདོ། གཉིས་པ་ཐེག་དགུ་སོ་སོའི་མདོ་བཅས་ཡིན་ཏེ། མདོ་དེ་ཉིད་
ལས། ཐོག་མར་བརྟན་སྟེལ་ཡན་ཆད་ལ། རྒྱལ་པ་གཉིས་སུ་འཆད་པ་སྟེ། རིག་པའི་གནས་དང་
བརྟན་པའི་བོན། རྟེན་མར་གནས་ལྷ་ཐེག་པ་དགུ། དང་པོར་གསལ་བའི་བཀའ་ལུང་ངོ་། ཞེས་
སྟེ། །

བཀའ་འཁོར་བར་པ་ནི། རྒྱལ་གྱི་ལོ་མཛོད་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་མཛད་པ་རྫོགས་ནས་བརྟན་པ་
རྟེན་བཞག་གི་མཛོད་པ་མ་གྱུ་བའི་བར་གསལ་བའི་བདེན་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་བཀའ་
རྒྱུ་ལོན་པའི་དུས་ལྟར་། དཔོན་གསལ་མན་ངག་ལུང་གི་བོན་སྟོན་དང་། ཆབ་དཀར་དུག་པོ་རྣམས་
ཀྱི་བོན་སྟོ། ཆབ་ནག་སྟོད་པ་རྒྱུད་ཀྱི་བོན་སྟོ། འཕན་ཡུལ་རྒྱུ་པ་འབྲེལ་གྱི་བོན་སྟོ། མཐོ་ཐོག་སྟེ་
རྒྱལ་མཛོད་ཀྱི་བོན་སྟོར་གྱུར་པའི་བཀའ་བར་པ་དང་ལྷ་ཡོད། མཆོན་གཞི་རིམ་བཞིན། བྲིད་རིམ་
གསལ་སྟོན་དང་། གཡུང་དྲུང་རྣམ་འཛུལ་སྟེ། གཏོ་རབས་ཤིང་ལོ་རྒྱུས་པའི་རྒྱུད་། ཤེས་རབ་པ་
རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མདོ། སྟོན་པའི་མཛོད་ལྷག་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། བར་པ་བདེན་གཉིས་ཚུལ་
གསལ་བའི་པ། སྟོན་བཞི་མཛོད་དང་ལྷ་རུ་དཔེ། ཞེས་སྟེ། གསུམ་པ་བཀའ་འཁོར་ཐ་མ་ནི། སྟོན་པ་
བྲིམ་སྤངས་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་སྟུང་ན་ལས་མ་འདས་བར་དུ་གསལ་བའི་ངས་པའི་གནད་དོན་གཙོ་
བོར་སྟོན་པའི་བཀའ་རྒྱུ་ལོན་པའི་དུས་ལྟར་། རིག་པའི་གནས་ལྟུང་བརྒྱུ་པའི་བཀའ་དང་པོ་དང་།
སྟུར་ལམ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ནང་རྒྱུད་གསང་སྟེལ་གྱི་བཀའ། སྟེལ་ལམ་གཙོ་བོར་
སྟོན་པ་གསང་རྒྱུད་སྟེལ་ལྟར་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་བཅས་ཡོད། མཆོན་གཞི་འདུལ་བ་རྒྱུད་དུག་
དང་། ཐབས་ཆེན་མཁའ་རྒྱུད། ལྷ་བ་སྟེལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། ཐ་མ་ཕྱི་ནང་གསང་

ཐུན་མཆོད་ཐུན་ཆོངས་པ་གཙུག་དྲུག་གིས་བརྩམས། ༡༡ ་ཐེག་ཆོན་ཟླ་རྩོད་འབྲུམ་ཐུ་ཐང་མ་འོད་ཀྱིས་
གྲིས་བརྩམས། ༡༢ ་ཕྱི་རིག་དཀར་ནག་ཅིས་རྒྱུ་ཀོང་ཆ་འབྲུལ་བུས་བརྩམས། ༡༣ ་གཙུག་ལག་ཟླ་
བཞི་ཆབ་ནག་རྒྱུད་གྱི་པོན་པལ་ཞིག་ཀོང་ཆ་གཡུང་བྱུང་དབང་ལྡན་གྲིས་བརྩམས་པར་མངའ་དེ་སྐྱེགས་
བཅའི་དང་བྱུག་རྩོད་གི་གྲངས་རྩམས་ནས་ཤམ་པོ་རྩ་ཅེ་དང་དཀར་ནག་པ་ཀྲ་གསལ་སོགས་གྲིགས་ས་
ཁང་རྣམས་ལུ་བཞུགས་གསོལ་མཆོད་འབུལ་མངའ།

རྩོམ་ཏེར་གྱི་པོན་ཐེག་པ་རིམ་དཔྱེའི་རྒྱུར།

གྲུ་མཐའི་ལྷ་སྤྱོད་འདེགས་ཤུང་གྱི་སྒྲིལ་བས་དེ་ཐོག་པའི་དོན་དང་། ལྷ་སྤྱོད་ཡང་དག་འགའ་
 ཞིག་འདེགས་ཤུང་གྱི་སྒྲིལ་བས་དེ་ནང་པ་གཤེན་རབ་པའི་ཐོག་པའི་དོན། ཐབས་མཁའས་ལ་ཐུགས་རྩེ་
 ཆེན་པོ་དང་ཐུན་པའི་རྟོན་པ་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གཤེན་རབ་མི་པོ་དེ་ཉིད་གྱིས་གདུལ་བུའི་སྒྲིལ་
 པ་དགུ་ལ་སྟོས་ཏེ་པོན་ཐོག་པ་རིམ་དགུར་གསུངས་པ་ཡིན། པོན་ཐོག་པ་རིམ་དགུ་ལ་དབྱེ་ཚུལ་མ་
 འདྲ་བ་གསུམ་དུ་ཡོད་པ་ལས། སྐབས་འདིར་མཛད་མདོ་རྒྱས་འབྱེང་བ་རྒྱས་གསུམ་དང་སྟོན་ཏེ་ར་
 ལས་གསུངས་པའི་ཐོག་པ་རིམ་དགུ་འཕམ། ཁང་ཁྱེད་གི་ཐོག་དགུ་ནི། ལྷ་གཤེན་སྤང་གཤེན་འཕུལ་
 གཤེན་སྤྱོད་གཤེན་ཏེ་རྒྱུ་ཡི་ཐོག་པ་བཞི་དང་། དགེ་བསྟེན་དྲང་སྤྱོད་ཨ་དགར་ཡི་གཤེན་ཏེ་འབྲས་བུའི་
 ཐོག་པ་བཞི། ཁྱད་པར་རྒྱན་མེད་པའི་ཐོག་པ་དང་དགུ་འོ། །དང་པོ་ལྷ་གཤེན་ཐོག་པ་ལས། ལྷ་ནི་
 ཆོ་དང་དཔལ་གཡང་མོགས་ལ་གོ་ཞིང་། གཤེན་ནི་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་གང་ཟག་ ཐོག་པ་ནི་གྲུབ་
 མཐའི་ལྷ་སྤྱོད་འདེགས་ཤུང་གྱི་སྒྲིལ་བས་སོ། །འདོད་གཞུང་ནི། རྟོན་པ་ཉིད་གཤེན་པོ་གཙོག་བཞེས་
 ཆོ་ལྷ་གཤེན་ལོགས་རྒྱལ་ཐང་པོ་ལ་གཉེར་དུ་གཏད་པའི་འཇུག་སྟོན་བཞི་ཡི་བདག་ཉིད་ཅན་རྣམས་ཡིན།
 འཇུག་སྟོན་བཞི་ནི། ལྷ་རྣམས་མོ་དང་། རྩ་མཐོང་ཕྱིས། འཆི་བསྐྱུ་གཏོ། ཡན་དཔུང་སྤྲན་དང་བཞི་འོ།
 །དང་པོ་ནད་གདུང་བཟང་ངན་བདག་ཅིང་འབྱུང་བཞི་འཁྲུག་པར་ཤུང་པའི་ཕྱི་ནང་གི་གདོན་རིགས་

སོགས་ངོས་འཛིན་ཐབས་ཀྱི་བྲ་ལྟ་མོ་ལ། ཡེ་མེད་འབྲུལ་གྱི་དུ་ཐིག་དང་། ཡེ་མཁུན་སྒྲ་མའི་མངོན་
ཤེས། ཡེ་རྩེ་སྒྲིན་པའི་མི་ལམ། ཡེ་དབང་ལྷ་ཡི་བྲ་ལྟ་སོགས་མོ་བྲ་ལྟ་མ་བཟང་། གཉིས་
པ་མ་འོངས་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་སྒྲིག་གྱུར་མངོན་དུ་སྟོན་ཤིང་མཐོང་ཅིས་ལ། གཤམ་ཅེ་འབྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་
དང་། འབྲུང་བ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། མན་ངག་ལས་ཀྱི་ཅ་གྲ། ཅི་ཡག་རྟེན་འབྲེལ་ལས་ཅིས་སོགས་
གཤམ་ཅེ་སྤྱི་མཐུ་དུག་ཅུ། གསུམ་པ་སྒྲུང་ཡུལ་བདེ་རྒྱལ་གི་གཞི་དེ་ཤིང་གཞི་ན་བཞགས་ཞི་ཞིང་དུས་
མིན་འཆི་བ་བསྐྱུ་བའི་གོ་ལ། འབྲུང་བ་འཁྲུག་པའི་ཡོ་གོ་དང་། ཉོས་ཆ་རྟེན་འབྲེལ་བཟག་གཏོ།
གག་གཉན་བསྐྱོག་པའི་བསྐྱུ་གོ། མཉམ་ཉིད་བསོར་བའི་བརྩེ་གོ་སོགས་གོ་ཐབས་སྤྱི་མཐུ་
དུག་ཅུ། བཞི་པ་འདུ་བ་རྣམ་བཞི་འཛིན་རྣམས་གསོ་བར་ཤིང་པའི་དཔུང་ལ། རྒྱ་རྒྱུ་མཐོང་ལ་དཔུང་
པ། ངོས་འཛིན་ཅ་ལ་དཔུང་པ། ཕན་གཞི་དེ་ལ་དཔུང་པ། འཆི་སོས་ཁམས་ལ་དཔུང་པ་སོགས་
དཔུང་ཐབས་ཉེས་བྲི་ཆོག་སྟོང་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་སོ། །ལྟ་བཞི་སྒྲུང་ཡུལ་ལྷ་འདྲེའི་བདེ་རྒྱལ་རྟོགས་ཤིང་
ནད་ལ་སྤྱང་དུ་ཡོད་པ་དང་གཞི་ན་ལ་བསྐྱོག་དུ་ཡོད་པར་བཟུང་ལོ། །སྤྱི་དེ་ཞི་གཞན་སེམས་ཅན་ལ་
འཆོ་བ་སྤངས་ནས་ནད་གཞི་ན་རྒྱུ་དང་གྱི་ཆོགས་རྣམས་སེལ་ཐབས་ལ་འདུག་ཅིང་དཀྱིལ་ཆེན་ཕྱུ་ཕྱེར་
དཀར་པོ་སོགས་གཙང་རིགས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་མཆོད་པའོ།

གཉིས་པ། རྒྱང་གཤམ་ཐེག་པ་ལས། རྒྱང་ནི་རྒྱང་སྤྱི་ཞི་ཤིང་དང་། གཤམ་ནི་ཉམས་
སྤྱུ་ལེན་པའི་གང་ཟག །འདོད་གཞུང་ནི། རྟོན་པ་མཆོག་གཤམ་ལོ་གཉིས་བཞེས་ཆེ་རྒྱང་གཤམ་གཙུག་
ཕྱད་ལ་གཉེར་དུ་གཏད་པའི་གྱུར་སྟོན་བཞི་དང་རྒྱང་གཙོང་དགྲ་གཏད་རག་བཞི་བཙུའི་བདག་ཉིད་ཅན་
ནོ། །གྱུར་སྟོན་བཞི་ནི། ཆབ་ནག་ཆུ་བོ་སེལ་གྱི་སྟོ། ཆབ་དཀར་འདྲེ་དང་སྤྱི་ཡི་སྟོ། འཕན་ཡུལ་
མཉམ་རྩེས་ཐུང་གྱི་སྟོ། དཔོན་གསལ་ཕྱུ་གཉན་གོ་ཡི་སྟོ་དང་བཞི་ལོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ནད་
ཀྱིས་གཏུང་བ་དང་། བར་ཆོད་གེགས། ལས་རྒྱུང་གཏུང་པ་རྣམས་སེལ་ཤིང་ཆབ་ནག་ཆུ་བོ་གཞུང་
བཞི་ནི། སྤྱི་དེ་ཞི་སྤྱང་ཆེན་སེལ་གྱི་གཞུང་དང་། ཐུགས་དཀར་གཉེན་པོ་ལྷ་ཡི་གཞུང་། དག་སྤྱུ་ཕྱེར་

མདཔའ་ཁྲིམ་གཞུང་། སྤྱི་པ་མི་འཕྲུག་གི་གཞུང་བཅས་སོ། །ཐབས་དང་ཐུགས་རྗེས་གཞན་སེམས་
ཅན་ལ་གཞོན་པར་བྱེད་པའི་འདྲེ་སྤྱི་རིགས་འདུལ་ཁིང་མཉན་པའི་ཆབ་དཀར་འདྲེ་དང་སྤྱི་ཡི་སྒྲོལ་
འདྲེ་དགུ་སྒྲུབ་འདེབས་སྒྲུང་གཏོང་དང་། སྤྱི་དགུ་གཞོན་པའི་སྤྱི་གཏོ་ནམས་སུ་ཡོད། སྤྱི་སྒྲུང་མོ་སྒྲུང་
སོགས་སྒྲུང་ཡས་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲོན་སྒྲུབ་ལྟ་བུ་ཡིན། ལྷ་གཡང་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པའི་འཕན་ཡུལ་མཉན་
རྗེས་སྒྲུང་གི་སྒྲོལ་ཆེ་བ་སྒྲུང་སྤྱི་རྒྱ་མཐོངས་མན་ཆོད་ནས་ཆུང་བ་བྱེད་ཆུང་འཕུར་མདོས་ཡན་ཆོད་
གི་མདོས་རིགས་སུ་མ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་གྲེས་པའོ། །སྒྲུང་སྤྱི་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ལྷ་གཉན་གཏོ་ཡི་སྒྲོལ་བཞི་
ཉེ། དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲ་ནམས་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་མཆོད་པ་དང་། མཁའ་ཡི་དབལ་མོ་བསྐྱང་བའི་
མདོས་གིས་བསྐྱང་། ཁྲིང་གི་དམ་ཅན་རྟེན་གྱི་རྗེས་ལ་བརྟེན། ས་བདག་སྒྲུག་ཉན་གཏོ་ཡིས་བཅོས་
པའོ། །ལྷ་བཞི་ཡས་དང་སྒྲུང་དུ་རྟོགས་ཤིང་སྒྲ་ལ་ཡོན་ལྷན་བས་དེས་སྒྲོབ་པ་དང་། བཞགས་ལ་སྒྲུང་བཏང་
བས་བར་ཆོད་ཞི་ཞིང་། ལུས་ལ་བྱུང་མེད་པས་སེམས་ཀྱང་བདེ་པའི་རང་བཞིན་དུ་བཞུགས་པའོ། །སྤྱི་དཔ་
ནི་ལུས་གིས་སོག་བྱིས་དང་། དག་གིས་བྱེད་དབྱངས། ཡོད་གིས་གཏོ་ཐབས་སོགས་ལ་འདུག་ཉེ་
གར་གསས་བཅན་པོ་ལྷ་རུ་བརྟེན་པའོ། །

གསུམ་པ། འབྲུལ་གཤེན་ཐེག་པ་ལས། འབྲུལ་ནི་རྩ་འབྲུལ་མཐུ་ནས་ལ་བརྟེན་ནས་དག་
བཞགས་འགྲུགས་སྒྲོལ་བྱེད་པ་དང་། གཤེན་ནི་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་གང་ཟག་ །འདོད་གཞུང་ནི། རྟོན་
པ་གཤེན་ལོ་གསུམ་བཞེས་ཆོ་འབྲུལ་གཤེན་གཙུག་ལྷན་ལ་གཉེར་དུ་གཏད་པའི་བརྟེན་སྒྲུབ་ལས་སྒྲོར་
གི་བདག་ཉིད་ཅན་ཏེ། བརྟེན་པ་ནི། མཆོན་རྩན་སྒྲུབ་པ་དམ་པའི་བྱིན་རྒྱལས་མཐུད་བར་ཞུས་ཏེ་གཞན་
དོན་ཐུགས་རྗེའི་ཡོན་ཏན་དང་རྩན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། སྒྲུབ་པ་ནི། དཀྱིལ་འཁོར་གི་མཆོད་རྗེས་ནམས་
ཆོང་བར་བསགས་ནས་ཡིད་མ་སྒྲ་ཚོགས་སྒྲུབ་པ་དང་། བོན་སྒྲོང་སྒྲུང་མ་ལས་ལ་བསྐྱལ་བའོ། །ལས་
སྒྲོར་ནི། སངས་རྒྱུས་བརྟེན་པའི་སྤྱི་དག་སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་གཞོན་པའི་འདྲེ་བཞགས་གཏོན་གསུམ་
སོགས་འགྲུག་པ་དང་། བསྐྱལ་བ། ཐ་མ་ནམ་ཤེས་བདེ་བར་སྤར་བའོ། །ལྷ་བཞི་དག་དང་གཉེན་

62 འདོན་ཐེངས་གསུམ་པ།

ལྷ་པ། དགེ་བ་སྟེན་གྱི་ཐེག་པ་ལས། དགེ་བ་སྟེན་ནི་གཙོ་བོ་རྒྱ་འབྲས་ལ་སློབ་སྦྱང་ཞིང་ལུས་
མཁའ་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་མ་སྤྱང་བྲིམས་ཀྱི་དགེ་བར་སྦྱོང་ཅིང་ཡང་དག་པའི་དོན་ཉམས་སྤྲུལ་ལེན་པའམ་
མཆོད་པའི་ཐེག་པ་འོ། ། འདོད་གཞུང་ནི། རྟོན་པ་གཤེན་ལོ་ལྷ་བཞེས་ཆོ་ཆངས་པ་གཙུག་ཤུང་ལ་གཉེར་
དུ་གཏད་པའི་མདོ་རྩ་ལྷ་མོགས་ཡིན། མདོ་རྩ་ལྷ་ནི། རྟོན་བཅུད་འབྱུང་རྩྭ་གི་མདོ། དག་རྒྱ་བཞི་
ཐེད་གྱི་མདོ། སྤྱང་བྲིམས་ངེས་རྟོན་གྱི་མདོ། སེམས་སྒྲུབ་སེལ་བའི་མདོ། བསྐྱལ་སྤྱོད་བྲོས་དད་གྱི་
མདོ་བཅས་ཡིན། ལྷ་བཞི་ཀྱན་རྩེ་བ་སྒྲུ་མ་ལྟར་དང་དོན་དམ་དམིགས་མེད་དུ་བསྒྲུབ་པའོ། ། སྦྱོང་པ་
ནི་རྟོན་གོས། སྤྱང་གཤམ། ཆག་ཞོན། མད་འོག། མེད་གོས་དང་ལྷ་ལུས་ལ་བགོ་ཞིང་། དག་གཙང་
གི་ཁྱུས་དང་། དུག་སྒྲོར་མོས་འདུན། སྒྱག་དྲུང་བཞེངས་གིང་ཚུ་ཚུ་གདབ་པ། རྣམ་པར་དག་པའི་
མཆོད་གཏོར་བཏང་ཏེ་སྤྱང་བྲིམས་རྩ་ལྷ་མོགས་བསྤྱང་པའོ། ། སྤྱང་བྲིམས་ལྷ་ནི། སྒྲོག་གཙོད་པ།
མ་ཐུན་པ་ལེན་པ། འདོད་པ་ལོག་པར་གཤེམ་པ། རུན་དུ་སྒྲུབ་སྤངས་པ་བཅས་རྩ་བ་བཞི་དང་། དེའི་
རྩེང་ཁ་ཟས་གྱི་རྩེ་བཞི་གང་རུང་ཞིག་བསྤྱང་པའོ། ། ཁ་ཟས་བཞི་ནི། མང་ཐུན་ག། ཡུ་ཏིའི་ཆང་།
ཡག་ཙོང་སྒྲོག་པ། དུས་མིན་ཁ་ཟས་དང་བཞིའོ། །

དུག་པ། དང་སྤྱང་གི་ཐེག་པ་ལས། དང་སྤྱང་ཞེས་པ་དགེ་རྩིག་སྤང་བྲང་གི་ལས་སྦྱོང་ཡ་
ཡོམས་པར་རང་རྒྱུད་དང་པོར་སྤྱང་ཞིང་། གཞན་རྒྱུད་མ་དག་པའི་སེམས་འབྱུག་པོ་སྤྱང་པའི་ཐེག་
པ་ལ་ཟེར། འདོད་གཞུང་ནི། རྟོན་པ་གཤེན་ལོ་དུག་བཞེས་ཆོ་རྣམ་དག་གཙུག་ཤུང་ལ་གཉེར་དུ་གཏད་
པའི་འདུལ་བྲིམས་གྱི་བོན་རྣམས་ཡིན། ལྷ་བཞི་བོན་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་སྒྲོས་བྲལ་སྤྱོད་པ་ཉིད་
གྱིངང་ལས་མ་གཤེས་པར་བརྟེན་ཞིང་། རྟོན་པ་ནི་ལུང་རྩེ་རྟོན་གསུམ་གྱི་བོན་ལ་འཆད་ཉན་དང་། ལམ་
བསྐྱལ་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ཉམས་སྤྲུལ་ལེན་པའི་སྒྲོན་མ་པོ་བྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་དང་། མོ་
བྲིམས་སུམ་བརྒྱ་དུག་རྒྱ་བསྤྱང་ཞིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལམ་ལྷ་ས་བཅུའི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཐིན་ཏེ་སྒྱག་སུམ་
རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་མངོན་དུ་བརྟེས་པར་བྱ་བའོ། །

བདུན་པ། ཨ་དཀར་གྱི་ཐེག་པ་ནི། གཙོ་བོ་སྤང་བ་ལྟ་དང་གཞལ་ཡས་སུ་བརྟམས་ཏེ་བདག་
དམ་ཚིག་སེམས་དཔའ་དང་། ལྟ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ། གཉིས་མེད་ལས་ཀྱི་སེམས་དཔའ་རྟེ་སེམས་
དཔའ་སྤྲུམ་བཅེགས་སུ་འདོད་པའི་ཐེག་པ་ལ་ཟེར། འདོད་གཞུང་ནི། རྟོན་པ་གཤེན་ལོ་བདུན་བཞེས་
ཆོད་བང་གཤེན་གཙུག་རྒྱུད་ལ་གཉེར་དུ་གཏད་པའི་བརྟེན་སྐྱབ་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་སོ། ། ལྟ་བཞི་ཡེ་ཤེས་
ཀྱི་སྤང་བ་ལྟ་སྐྱུ་ཕྱག་ཀྱི་ཆེན་པོར་བསྐྱར་བར་བྱེད་ཅིང་། དེ་དག་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་བརྟམ་
བའོ། ། རྟོན་པ་ནི་བརྟེན་པའི་གཞི་མ་སྒོ་དགུ། སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་བཙེན་བརྒྱུད། ལས་ཀྱི་མཚོང་ཆེན་
རྟེན་གྱི་རྟོན་པ་དབྱེད་པའི་ཤེས་གཉིས་མེད་ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཉམས་སུ་ལེན་ཁིང་། ལུས་ཀྱིས་ཕྱག་ཀྱི་
བསྐྱར་བ་དང་། དག་གིས་རྟེན་པོ་བརྟེན་པ། ཡིད་ཀྱིས་ཏིང་འཛིན་སྒྲོམ་པའོ། ། མཐར་ཐུག་འབྲས་
བུན། གསལ་སྟོང་གཉིས་མེད་ཀྱི་ལྟ་སྐྱུ་ཕྱག་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའོ། །

བརྒྱུད་པ། ཡེ་གཤེན་གྱི་ཐེག་པ་ནི། གཙོ་བོ་ཏིང་འཛིན་ཟབ་མོ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ཅིང་།
མན་དག་སེམས་རྟེ་ལ་འབྲུག་པའི་ཐེག་པ་ཞིག་གོ། འདོད་གཞུང་ནི། རྟོན་པ་གཤེན་ལོ་བརྒྱུད་བཞེས་
ཆོ་ཡེ་གཤེན་གཙུག་རྒྱུད་ལ་གཉེར་དུ་གཏད་པའི་སེམས་རྟེ་བཞི་སོགས་ཡིན་ཁིང་། སེམས་རྟེ་བཞི་ནི།
ཡུང་པོ་རང་འབྱུང་ཅ་གནས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡུང་དང་། གསེར་ཐེག་ཆེ་ཆུང་ལུས་སེམས་མཉམ་བཞག་
གི་ཡུང་། ཉི་ཟླ་རབ་གསལ་གདུང་ཐུགས་རྫོགས་པའི་ཡུང་། བསྐྱལ་པ་མུ་བཞི་སྐྱེ་ཡུང་དང་བཞི་འོ།
། ལྟ་བཞི་སྤང་སྟོང་གཉིས་མེད་ལྟག་པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྟོང་དུ་ཚུལ་མེད་རྩོན་གྱུ་བ་ཀྱི་གསལ་མཁའ་
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བརྟེན་ཁིང་། རྟོན་པ་ནི་ཐེག་པ་འདིས་གཙོ་བོ་ཅ་རྒྱུད་ཐེག་ལེ་དགུ་རྒྱུད་སོགས་ལ་
བརྟེན་ཏེ་དབྱེད་པའི་ཤེས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་གྱི་ཉམས་སུ་ལེན་ཁིང་། རྟོན་
པ་འདིའི་བར་དོའི་གནས་སྐབས་སུ་སངས་རྒྱུས་པར་འདོད་པའོ། །

དགུ་པ། ལྷ་མེད་གྱི་ཐེག་པ་ནི། ཅང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཚོགས་ཏུ་གྱུར་བའམ་
དེའི་ཡན་མེད་པའི་ཐེག་པ་ཡིན་པས་ལྷ་མེད་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། འདོད་གཞུང་ནི། རྟོན་པ་གཤེན་ལོ་

དགྲ་བཞེས་ཆོ། ཚད་མེད་གཙུག་ཡུལ་སྐོས་ལ་གཉེར་དུ་གཏད་པའི་སྒྲ་མེད་རྫོགས་ཆེན་གྱི་པོན་རྩེ་
རྣམས་ཡིན། ལྷ་བཞི་པོན་ཐམས་ཅད་དབྱེད་ས་ཤར་དབྱེད་ས་ཤོལ་དུ་གནས་པའི་འབད་མེད་རྩོན་གྱིས་
གྲུབ་པའི་མ་བཅོས་གཤིས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ཏུ་བརྟུན་པར་། སྤྱོད་པ་ནི་འབད་ཅོལ་
རྩོན་ཀྱི་ལས་སྤྱོད་སྐོས་ལ་རྩོས་མེད་གོས་པར་ཡེ་སྤོང་སྤྱོས་བྲལ་ཇི་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་གནས་ལུགས་
ཉམས་སུ་ལེན་ཞིང་། འབྲས་བུ་ཆོ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སྒྲུག་སྒྲུམ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་
མངོན་དུ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

དབྲས་གཏེར་གྱི་པོན་ཐིག་པ་རིམ་དགྲའི་རྒྱུར།

ཐིག་པའི་རིམ་པ་མངོན་དུ་བཤད་པའི་མདོ་རྒྱུད་འཕྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་དགྲ་རྒྱུར་དང་དབྲས་གཏེར་
ལས་བརྟན་པའི་པོན་ཐིག་པ་རིམ་དགྲའི་། བརྟན་ན་རྒྱུ་འབྲས་གཉིས་སུ་འདུས་ཏེ། རྩོན་མཚན་ཉིད་
ཀྱི་ཐིག་པ་དང་། འབྲས་བུ་གསང་སྤགས་ཀྱི་ཐིག་པའོ། །རྒྱུ་ལི་ཐིག་པ་ལ་བཞི་རྩེ། ལྷ་མི་གཞན་
བརྟན་གྱི་ཐིག་པ་དང་། རང་རྟོགས་གཤེན་རབ་ཀྱི་ཐིག་པ། ཐུགས་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཐིག་པ། གཡུང་
བྱང་སེམས་དཔའ་སྤྱོད་མེད་ཀྱི་ཐིག་པའོ། །འབྲས་བུའི་ཐིག་པ་ལ་ལྔ་རྩེ། བྱ་བ་གཙང་སྤྱོད་ལེ་པོན་
ཀྱི་ཐིག་པ་དང་། རྣམ་པ་ཀུན་རྩལ་མངོན་ཤིས་ཀྱི་ཐིག་པ། དངོས་བརྟུན་ཐུགས་རྗེ་རོལ་པའི་ཐིག་
པ། བེན་ཏུ་དོན་རྩལ་ཀུན་རྫོགས་ཀྱི་ཐིག་པ། ལེན་ས་རྫོགས་ཆེན་ཡང་ཅེ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཐིག་པ་དང་
དགྲའོ། །

༡༥ ལྷ་སྤྱོད་ཡང་དག་ལ་འདེགས་ཤེད་ཀྱི་སྤྱོད་པས་དང་གཙོ་བོར་བྱང་ཆུབ་སྦྱབ་ཤེད་ཀྱི་
མཐུན་རྒྱུན་ལམ་དུ་ཤེད་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ་རྩོན་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐིག་པའི་དོན།

དང་པོ། ལྷ་མི་གཞན་བརྟན་གྱི་ཐིག་པ་ནི། བདག་མེད་མཉོགས་ཀྱང་ལྷ་མིའི་རྟོན་པ་གཞན་
ལ་བརྟན་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་རྒྱུབས་གནས་སུ་ངེས་པར་འཛིན་པའོ། །དེ་ལ་པོན་སྤོར་ཞུགས་

ཀྱང་དམེ་རྒྱུ་ཙམ་ལས་བསྐྱེད་བར་མི་རྣམས་པའི་འཁྱུལ་པ་ལ་ཕྱོགས་པ་དང་། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་རྒྱུ་པ་ཅི་རིགས་ཙམ་སྤངས་པའི་ཡང་དག་ལ་ཕྱོགས་པ་གཉིས། དེ་གཉིས་ལྟ་བུ་མཐུན་ཏེ། ཡུལ་ཤེས་སམ་བདེན་གཉིས་སྤུ་ཕྱེ་བར་ཕྱེ་ནང་འཛིག་རྟེན་པོན་བརྒྱུད་གྱི་དངོས་པོ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་ཞིང་བཟླ་བའོ། །འབྲས་བུ་ནི་རང་བས་མཐོ་བའི་བདེ་སྲིད་དང་ལྷན་པ་ལྟ་བུའམ་བོན་སྲིད་པའི་གཤེན་རབ་སོགས་ཐོབ་པར་འདོད་པའོ། ། དེ་ནི་ཐེག་སྒྲོར་ཞུགས་ལ་ལམ་སྒྲོར་མ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། རང་རྟོགས་གཤེན་རབ་གྱི་ཐེག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡང་དག་ཏུ་འདོད་པའི་གཤེན་རབ་རྣམ་ཚུངས་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་རང་རྟོགས་གཤེན་རབ་པ་དངོས་གཉིས་སྤྲུལ་ཡོད། ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡང་དག་ཏུ་འདོད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྣམ་མེད་རྣམས་སྤྲུལ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། རྣམ་བཅས་རྣམས་སྤྲུལ་ཡོད་པར་འདོད་པ་གཉིས། དེ་གཉིས་ཀས་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དོན་དམ་གྱི་ཆ་འདོད་ཅིང་། གཅི་པོར་གཟུང་འཛིན་གྱི་ཕྱ་བདོན་དམ་ཏུ་ཁས་ལེན་པ་དང་། རྣམ་མེད་པས་ནི་དོན་ཤེས་འབྲེལ་མེད་དང་ཤེས་བྱ་གཞི་རྒྱ་རྣམས་སྤྲུལ་པར་འདོད་ལ། རྣམ་བཅས་པས་ནི་དེ་གཉིས་ལས་ལྡོག་པར་འདོད་པའམ་ཡང་ན་ཤེས་པ་ལ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་མ་ཤར་བ་དང་དེ་ནི་དུང་ཤར་བར་ཁས་ལེན་པའོ། །

ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་རང་རྟོགས་དངོས་ལ་གཉིས་ཏེ། དབང་པོ་རྟུལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཆུང་བའི་ནེ་ཅོ་རྟ་བུ་ཆོགས་ན་སྲིད་པའི་རང་རྟོགས་པ་དང་། དེ་ལས་ལྡོག་རྟེན་སྒྲིབ་ཤིང་ཆེ་བའི་བསེ་རུ་ལྟ་བུ་གཅིག་ཕུར་གནས་པའི་རང་རྟོགས་པ་གཉིས་སྤྲུལ་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀྱིས་གཟུང་བ་ཕྱ་རག་གི་དངོས་པོ་ཡང་། ཡང་དག་ཏུ་ཁས་མི་ལེན་ཞིང་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུ་ཙམ་ཏུ་རྣང་བ་མི་འཕོ་ག་ལ། ཤེས་པ་ཡང་དག་གཟུང་འཛིན་དང་དོན་དམ་ཏུ་བཟླ་ཞིང་ཁས་ལེན་པའོ། །འབྲས་བུ་ནི། རྟོན་མོངས་པའི་སྒྲུ་མཆོད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པའི་ས་ཁོས་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའོ། །

གསུམ་པ། ཐུགས་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་ལ་ཤེས་པའི་སྒྲུ་མཆོད་ཡང་དག་ཏུ་འདོད་པ་དང་།

ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་གཉིས། དང་པོར་སྐྱེ་མཆེད་སྒྲུབ་ཆོག་གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་རྒྱ་འབྲས་
དང་བཅས་པར་འདོད་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཡང་དག་ཏུ་འདོད་པ་གཉིས། གཉིས་
པར་སྐྱེ་མཆེད་མཐའ་དག་འབྲུལ་བར་འདོད་པ་དང་། རྩོགས་གཅིག་འབྲུལ་བར་འདོད་པ་གཉིས་ཏེ་
ལྷ་བའི་རྩོགས་རེ་ཙམ་མི་མཐུན་པ་བཞི་ཡོད། གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་དོན་དམ་དུ་འདོད་
ཅིང་གཟུང་འཛིན་གང་ལ་བྲལ་གཞིའི་མཆོན་ཉིད་གསུམ་དུ་བཞེད་པས་རང་འཛིན་རྟོག་པས་སྒྲོ་བཏགས་
པ་ཙམ་དེ་ཀུན་བཏགས་ཀྱི་དོན་དང་། རྒྱ་རྒྱུ་མཐའ་ལྷན་གྱི་དབང་གིས་རྩལ་སྒྲུབ་པ་དེ་གཞན་དབང་
གི་དོན། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་མཐར་ཐུག་དེ་ཡོངས་སྒྲུབ་ཀྱི་དོན་དུ་གསུངས།
གང་ཕྱིར་བྲལ་བའི་གཏན་ཆོག་སྐྱེ་མཆེད་པོ་སྒྲུབ་པ་རྣམ་པ་བཞི་རུ་འདོད་པ་དང་། དེ་ལྟར་བྲལ་བའི་
གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པའི་གནས་ལུགས་ལ་ཉམས་སྲུ་ལེན་ནིང་ལམ་ལྷ་ལ་ཐུགས་རྟེན་རྩོགས་ཀྱི་བོན་སྐྱུམ་
རུ་ཅ་བདུན་རྩོགས་ནས་སྒྲུབ་སྐྱུམ་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་ཐོབ་པར་བྱ་བའོ། །

བཞི་པ། བོན་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་སྒྲོས་བྲལ་དུ་འདོད་པའི་གཡུང་དྲུང་སེམས་དཔའ་སྒྲོས་
མེད་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ། གཅིག་དང་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་ཀྱི་ཉགས་ཀྱིས་སྒྲུབ་པ་ལ་ཡང་དག་པའི་སྒྲོས་པ་གཙོད་
པའི་ཆེ་ལྷགས་ལས་སྐྱེ་མཆེད་སྐྱེ་མ་རྩུན་དུ་བསྐྱབ་པའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཀོད་པའི་རོལ་པ་སྐྱེ་
མཆེད་ལྟར་སྒྲུབ་གི་དབྱུང་བ་དང་། དེ་ཆེ་རྣམ་པ་བཅད་ཙམ་གྱི་ཐལ་འབྱུར་ལས་དམ་བཅའ་མི་བརྟེན་
པའི་མཆོན་མ་ཀུན་བྲལ་ཅིར་མི་སྒྲུབ་པའི་དབྱུང་བ་གཉིས། བྱེ་མ་དེར་མཆོན་མ་འགོགས་པ་དང་།
མཆོན་མ་ལྷགས་སྒྲུབ་གཉིས་སྲུང་ཡོད། འདིས་ནི་དོན་ལྷ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཆོད་མས་མཆོན་
མའི་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྲུབ་བཅད་ནས་དོན་དམ་བདེན་པ་གཏན་ལ་འབབ་ཅིང་། ཐབས་ཤ་
རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བཅུ་དང་བསྐྱེ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཡུང་དྲུང་ཐེག་པའི་ས་བཅུ་རིམ་
གྱིས་བཤོད་པར་བྱ་བའོ། །

༡༥ ལྷ་སྒྲུབ་ཡང་དག་ལ་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲུབ་དང་གཙོ་བོར་ཐོབ་བྱའི་རྣམ་པ་ལམ་

དུ་བྱེད་པ་ནི་འབྲས་བུ་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཐེག་པའི་དོན་དང་། སྦྱིར་འབྲས་བུ་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཐེག་པ་
འདི་དག་ལ་འབྲས་བུ་འཛོལ་པའི་རྒྱ་མཚན་བཞི་ཡོད་དེ། འབྲས་བུ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་དང་། འབྲས་
བྱའི་རྣམ་པ་གཡར་ནས་ལམ་དུ་བྱེད་པ། མ་ཡིན་པ་ལ་བརྟག་ནས་སྦྱོར་པ། འབྲས་བུ་ཉིད་ལ་སྦྱོད་
པ་བཅས་སོ། །

ལྷ་པ། བྱ་བ་གཙང་སྦྱོད་ཡེ་ཤོན་གྱི་ཐེག་པ་ནི། བྱེ་ཡི་ཡུལ་ནང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་
འཁོར་འདས་ཀྱི་ཤོན་རྒྱ་འབྲས་དང་བཅས་པ་ལ་སྟོགས་པ་ཀུན་ལ་རིག་པས་རང་ས་ནས་བརྟགས་པས་
དངོས་པོར་མ་གྲུབ་ཅིང་ངོ་བོ་སྤོང་པར་གནས་པ་ལོ། །མ་རིག་པའི་སྦྱེ་མཆོད་ཀྱིས་སྤོང་པའི་ཤོན་ཉིད།
ཡང་དག་པར་བྱི་མ་དང་བྲལ་བར་བརྟུ་བའོ། །དོན་དམ་པར་དེ་ལྟར་རྟོགས་ལ་ཀུན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བརྟགས་
པས་ལྷ་ཡི་གཟུགས་བརྟན་ཆེན་པོར་བསྦྱོར་ཞིང་། ལྷ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་རྗེ་པོའི་ཚུལ་དུ་བརྟུ་བའོ།
།གཟའ་དང་སྐར་མ་དུས་ཆོད་བཟང་པོ་ལ་བྱས་དང་གཙང་སྦྱོད་སྟོན་སྟེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉམས་
པ་ལ་བརྟན་ནས་སེམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་ལྷ་ཡི་སྦྱེ་ལ་གནས་པ་དང་། དག་གིས་འཛུགས་
བརྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ། ལུས་ཀྱིས་མི་ཆངས་པ་སྦྱོད་པ་ལ་སྟོགས་སྤང་ནས། རྟོགས་རྣམ་པ་གསུམ་
ཀྱིས་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་སྦྱོད་ཅིང་། འབྲས་བུ་བདེ་བར་གསེགས་པའི་ས་བཅུ་གཉིས་ལས་
གཡུང་དུང་འོད་ཀྱི་ས་ཞེས་ས་བཞི་པ་མན་ཆད་ཐོབ་པ་ལོ། །

དུག་པ། རྣམ་པ་ཀུན་རྣམས་མངོན་ཤེས་ཀྱི་ཐེག་པ་ནི། རྟོན་བཅུད་སྒྲ་ཆོགས་སུ་སྤང་བའི་
མཚན་མ་འདི་དག་ལ་སེམས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་དབང་བསྐྱུར་ཏེ་དགོངས་པས་གང་ལྟར་བརྟགས་
པ་ལྟར་སྤང་བ་སྟེ། རང་རིག་པ་དང་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཆད་མས་བརྟགས་པས་འོག་པའི་མ་རིག་པ་ཉོན་
མོངས་པའི་རྟོག་པ་མཚན་མ་དང་བྲལ་བའི་ཤོན་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལས་བྱུང་བའི་
ལྷ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་གཞའ་ཆོན་ལྟར་གནས་པ་གྲོགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བརྟུ་བའོ། །འཕྲིན་ལས་བཞི་ཡི་སྦྱོ་
ནས་བདག་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་མཐར་བྱིན་པར་སྦྱོད་ཅིང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་ཆོ་འདས་ཀྱི་རྟོག་

སྒྲིབ་སྒྲུང་ནས་གཡུང་དྲུང་བདེར་གཤེགས་ཀྱི་ས་བརྩུ་གཉིས་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའོ། །དེ་གཉིས་ལ་གསང་
སྤགས་ཕྱི་ཡི་ཐེག་པ་ཞེས་བརྗོད།

བདུན་པ། དངོས་བསྐྱེད་ཐུགས་རྗེ་རོལ་པའི་ཐེག་པ་ནི། ཐབས་དང་ཤེས་རབ། དབྱིངས་
དང་ཡེ་ཤེས། རོན་དམ་དང་ཀུན་རྫོབ། གཉིས་སྤྱུ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་བཅས་དཀོར་བདུན་
ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པས། དེ་ཡང་སེམས་ཉིད་དང་རང་རིག་
ཡེ་ཤེས་དབྱེར་མེད་པའི་རྩ་ལ་ལས་རྣམས་ལ་འགའ་ལས་སྤྲོད་ཆུང་ལ་མ་འགག་པར་ཤར་བ་ནི་ཐབས།
དེ་ལྟར་རང་གི་ངོ་བོས་སྤོང་པའི་བྱུང་འབྱུང་གི་གནས་ལུགས་དེ་ཤེས་རབ། ལྷང་ཆ་ཐམས་ཅད་འཆར་
བའི་གཞིར་གྱུར་པའི་དབྱིངས། གནས་ལུགས་བྱུང་འབྱུང་དེ་རང་གིས་རང་རྟོགས་པ་འཕམ་རང་རྟོགས་
བྱེད་ཀྱི་ཆ་ལ་ཡེ་ཤེས། དཀོར་བདུན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པས་དོན་དམ། མ་པ་རྣམས་ལ་ལྟོ་མོའི་དཀྱིལ་
འཁོར་དུ་ཤར་བའི་ཆ་ལ་ཀུན་རྫོབ། དེ་ལྟར་ཐ་སྣང་དུ་བཏགས་པ་ཐམས་ཅད་གསལ་སྤོང་བྱུང་འབྱུང་གི་
གི་སེམས་ཉིད་དེ་ལས་གཞན་དུ་མ་གྲུབ་པས་ན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའོ། །ཐེག་པ་འདིས་ནི་གཙོ་བོར་བསྐྱེད་
ེམ་གྱི་རྣམ་པ་ལམ་དུ་བྱེད་ཅིང་དམ་ུས་བྱུང་པར་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་བདེ་དབང་དྲག་མངོན་སྤྱོད་
དང་བཞིས་བདག་དང་གཞན་དོན་སྤྱོད་ཅིང་སྤྱོད་བ་དང་སྤྱོད་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་གཉིས་དོན་རྫོགས་
པར་མངའ་དེ་གསང་སྤགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡིག་འཁོར་ལེ་ཆོགས་ཆེན་གྱི་ས་ཞེས་དབྱིངས་ཀྱི་རྣམ་ལུ་
མཆན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནོན་པའོ། །

བརྒྱད་པ། བཞན་ཏུ་དོན་ལྡན་ཀུན་རྫོགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ནི། སེམས་ཀྱི་བོན་ཉིད་ཡེ་ནས་སྒྲིབ་པ་
མི་མངའ་བའི་ངང་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ལས་ཅིར་ཡང་འབྱུང་བས་རྒྱ་དག་པའི་དབྱིངས་དང་། དེའི་
ངང་ལས་ཡེ་ཤེས་རོལ་པའི་སྤྱེ་མཆོད་རང་སྤྲོད་ཤར་བས་འབྲས་བུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་རོ། །དེ་
ལྟར་ཡང་རྒྱ་སེམས་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ཡེ་ནས་མ་སྤྱེས་པའི་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་ལས་འབྲས་བུ་
ཇི་ལྟར་ཡང་མ་འགག་པའི་རོལ་པ་རང་སྤྲོད་རྟེན་དཀྱིལ་འཁོར་དང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཡེ་ནས་

གནས་པ་ལ་མ་གཞིགས་པ་བསྐྱེད་ཅིང་བཙལ་མེད་གོས་སྒྲེལ་ནས་རྩོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བདག་ཉིད་དུ་གནས་
པར་བརྟེན་ཞིང་། རྒྱ་དག་པའི་དབྱིངས་ལ་དོན་དམ་དང་། འབྲས་བུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཀྱན་
རྩིས་དུ་འདོད་ལ། ལྷ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་གང་བསྟོན་ཡང་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱིས་མི་བསྐྱེད་
དེ་ནམ་མཁའ་དང་ས་པའི་དབྱིངས་ནས་ཉི་མཱ་ཤར་བ་ལྟར་རྩིས་ཚུལ་རང་འབྱུང་དུ་བསྟོན་ཞིང་། འབད་
ཚུལ་དང་རྒྱ་རྒྱུན་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པས་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལྟར་བསྐྱབ་མེད་གོས་ཏེ། ཡེ་ནས་ཡིན་པ་ལ་
ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་ལ་གཟིངས་བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཤུགས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་དང་།
སྒྲ་ན་མེད་པའི་ས་གསུམ་ལས་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ས་ཐོབ་པར་བྱ་བའོ། །

དགྲ་པ། ཡེ་ནས་རྩིས་ཆེན་ཡང་ཅེ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཐོག་པ་ནི། འཁོར་འདས་ཤེས་བྱ་ཐམས་
ཅད་ཡེ་ནས་ཐོན་སྐྱར་རྩིས་ཤིང་གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཐིག་ལེ་ཉམ་གཅིག་རང་
རིག་སྟོང་པ་སྤང་གསལ་བྱ་གང་དུ་ཡང་མ་ཆད། ཕྱོགས་གང་དུ་ཡང་མ་ལྟོང་། སངས་རྒྱུ་སྒྲུ་
པོས་མ་མཛད། སེམས་ཅན་སྤྱིན་པོས་མ་བཅོས། འཁོར་འདས་གཉིས་ཀྱིས་མ་རིག་རྒྱ་དང་རྒྱུན་
གྱིས་མ་བསྐྱེད། ཀྱན་རིག་ཇི་བཞིན་གནས་པའི་ཐོན་ཉིད་མ་བཅོས་ཅི་བཞིན་པ་ལ། སེམས་ཉིད་མ་
བཅོས་དེ་བཞིན་པ། གཞན་ནས་བཙལ་བ་མེད་པར་རང་བབས་སུ་བཞག་སྟེ། ཤུགས་རྩིས་ཆེན་པོ་ཕྱོགས་
རིས་མེད་པར་བདལ་ཞིང་བྱུང་པས་གང་ཡང་སྒྲ་དོར་མེད་པར་སྦྱོད་པ་དང་། དབྱེར་མེད་གཡུང་
དུང་ཐིག་ལེའི་ས་ཞེས་ས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་ཅེ་ནོན་པའོ། །

བྱང་གཏེར་གྱི་ཐོན་ཐེག་པ་རིམ་དགྲ།

དང་པོ་ཕྱི་ཡི་ཐེག་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷ་ཡི་ཐེག་དམན་ནམ་ཅོད་དང་རང་རྟོགས་
དངོས་གཉིས་ལ་མཐུན། བཞེད་རྒྱུ་ནི་རྒྱ་ཡི་ཐེག་ཆེན་སེམས་དཔའ་སྦྱོས་མེད་པ་དང་མཐུན། གཉིས་
པ་ནང་གི་ཐེག་པ་ཐོ་ཐོ་དང་སྦྱོ་ཐོ་ལོ་ཐོ་གསུམ་ནི་གསང་རྒྱགས་ཕྱི་པ་དང་རྒྱ་ཐེག་གོང་མ་གཉིས་ཀའི་ཆ་
༥ རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

དང་ལྟན་པ་ཡིན། གསུམ་པ་གསང་བའི་ཐེག་པ་རྩ་ཙུང་དང་རྩ་ཙུང་གཉིས་གསང་སྒྲགས་ནང་པ་དང་
མཐུན་ཞིང་། ཡང་ཙུང་གི་རྩོགས་ཆེན་གྱི་ཐེག་པ་དང་མཐུན་པ་ལོ། །

རྩོག་ཏེར་གྱི་ཐེག་དག་རྣམས་དབུས་གཏེར་དུ་འདུས་ལུགས་ནི། སྤྱ་སྤྱང་འབྲུལ་སྤྱིད་
བཞི་རྩ་མི་གཞན་བརྟེན་དུ་འདུས་ལ། དུག་དྲུང་གཉིས་རྣམ་རང་སེམས་དཔའ་སྤྱོད་མེད་བཞི་ཅི་
རིགས་སུ་འདུས་ཤིང་། དུག་དྲུང་གི་སྤྱིད་བྱའི་བོན་འགའ་ཞིག་བྱ་བ་གཙང་སྤྱིད་དུ་འདུས། ཨ་
དགྲར་ནི་ཀུན་ལྷན་དངོས་བསྐྱེད་དོན་ལྷན་གསུམ་ཅི་རིགས་སུ་འདུས། ཡེ་གཤེན་ནི་དོན་ལྷན་དུ་
འདུས། བྱད་པར་ནི་རྩོགས་ཆེན་གྱི་ཐེག་པ་དང་དོན་གཅིག་ལོ། །

ས་རྩ་བོད་གྱི་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་དཔལ་ལྷན་རང་གཞུང་གིས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གོ་སྐྱོག་གནང་
བའི་ཆོས་དགའི་འོས་སྤྱོད་བ་རྣམས་ལ་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ཟླ་ ༩ པའི་ནང་གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་བསྟན་འབྱུང་དང་ལྟ་
གྲུབ་རྩོད་བགྱིད་སྐབས་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་སུ་སྤན་རིའི་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་གྱིས་བཏབ་པ་ལོ། །

དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ནི། ད་ལྟ་བོན་གཞིས་ཐོབ་ཀྱལ་གསར་པའི་སྤྱན་རི་དགོན་
དུ་རིག་གནས་འཆད་བྱིད་གནང་བཞིན་ཡོད།

༡། །ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ཀྱི་ཆེར་བཤད་པ།

ན་ག་སངས་ཀྱིས་བསྟན་དཔ།

༡། །དེ་ཡང་དེང་གི་དུས་སྤྱད་པར་སྐྱེན་གྱི་ལས་ལ་ཞུགས་ཏེ་མཁས་པའི་ཁྱེད་ལྟོ་མོ་འདི་རང་གིས་
མེ་ཐེག་པ་ཞིན་དུ་ཕྱག་པར་བྲངས་ཏེ་རང་རྒྱལ་རང་གིས་ཉོ་བའི་འགྲོས་འདི་ལ་གཟིགས་ནས་སྒོ་བ་དེ་མོ་
ཆེན་པོ་ཟམ་གཏོང་རིན་པོ་ཆེས་སྒོ་དང་སྒྲུ་ཁྱེད་ཡོད་ཆད་ནས་དཔེ་དེ་བ་ཐོན་པ་ཞིན་འདུག་ཅེས་དོན་
དུ་བྱུང་བའི་མདའ་མོ་འཕངས་པ་དེ་ཕྱགས་མད་པར་སྟེ། མཛུ་བ་མོ་ནད་དུ་བཀྱུག་སྟེ་དེང་སང་དཔར་
དུ་བསྐྱེན་པ་ན་མས་ལ་ཞིབ་མོའི་སྒོ་ལས་ཚུ་ལ་བཞིན་བཏགས་ན་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱིས་སྤྱུས་པའི་གསུང་
རབ་དཔར་དུ་བསྐྱེན་པ་ནི་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་དང་སྒོ་ཀྱན་ནས་མཚུངས། ཇི་སྐད་དུ་མཁས་པོ་འཇིགས་
མེད་ཡུན་ཆོགས་མཆོག་གིས།

ཡང་པོད་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོ་དང་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་འགའ་རེས་པོད་ཡིག་ནང་ཀྱི་ཡིག་གི་བར་མཆོན་ཏགས་
ཤད་ཅེས་པ་དེ་བསྐྱེས་ཏེ་ཀྱི་མིན་པོད་མིན་ཁྱ་ཇི་ལ་ལེ་བ་ཞིག་བྱས་འདུག། །ཀྱི་ཡིག་ལ་རྩོན་འདི་
དག་མེད་ཀྱང་གཙོད་མཆོམས་དཀའ་བ་དང་དོན་མོར་ཉིན་བྱང་བས་སོང་ཀྱི་ལ་རབས་ཚུན་ཆད་
ནས་རིམ་བཞིན་དར་བར་གྱུར་མོད། པོད་ཀྱི་ཡིག་ལ་མི་འཁྱུག་པའི་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་དང་ན་མ་

དང་ལྷན་པ་ཡིན། གསུམ་པ་གསང་བའི་ཐེག་པ་རྩ་ཅིང་རྣམ་ཅིང་གཉིས་གསང་སྒྲགས་ནང་པ་དང་
མཐུན་ཞིང་། ཡང་ཅི་ནི་རྫོགས་ཆེན་ཟླ་མེད་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་མཐུན་པོ། །

རྩོག་ཏེར་གྱི་ཐེག་དགུ་རྣམས་དབུས་གཏེར་དུ་འདུས་ལུགས་ནི། ལྷ་རྣམས་འཕྱུག་སྤྱོད་
བཞི་རྩ་མི་གཞན་བརྟེན་དུ་འདུས་ལ། དུག་དྲུང་གཉིས་རྣམ་རང་མེས་དཔལ་སྤྱོད་མེད་བཞི་ཅི་
རིགས་སུ་འདུས་ཤིང་། དུག་དྲུང་གི་སྤྱོད་བྱའི་ཐོན་འགའ་ཞིག་བྱ་བ་གཙང་སྤྱོད་དུ་འདུས། ཨ་
དགྲ་རྩི་རྒྱན་ལྷན་དངོས་བསྐྱེད་དོན་ལྷན་གསུམ་ཅི་རིགས་སུ་འདུས། ཡེ་གཤེན་ནི་དོན་ལྷན་དུ་
འདུས། བྱད་པར་ནི་རྫོགས་ཆེན་ཟླ་མེད་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་དོན་གཅིག་ལོ། །

ས་རྩ་ཐོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྤྱོད་གཏེར་ཁང་དུ་དཔལ་ལྷན་རང་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གོ་སྒྲིག་གནང་
བའི་ཆོས་དགའི་འོས་སྤྱོད་བ་རྣམས་ལ་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༡ ཟླ་ ༩ པའི་ནང་གཡུང་དྲུང་ཐོན་གྱི་བསྐྱན་འབྱུང་དང་ལྷ་
བྱུང་དོ་སྤྱོད་བཞི་ད་སྐབས་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་སུ་སྤྱན་རིའི་དགེ་བཤེས་སྤྱན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་གྱིས་བདབ་པོ། །

དགེ་བཤེས་སྤྱན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ནི། ད་ལྟ་ཐོན་གཞིས་ཐོབ་རྒྱལ་གསར་པའི་སྤྱན་རི་དགོན་
དུ་རིག་གནས་འཆད་བྲིད་གནང་བཞིན་ཡོད།

༣༡། །ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ཀྱི་ཆེར་བཤད་པ།

ན་ག་སངས་ཀྱིས་བསྟན་དར།

༣། །དེ་ཡང་དེང་གི་དུས་སྐད་པར་སྐྱོན་གྱི་ལས་ལ་ཞུགས་ཏེ་མཁས་པའི་ཁྱར་ཕྱི་མོ་འདི་རང་གིས་
མི་ཐེག་བཞིན་དུ་ཕྱག་པར་བྲངས་ཏེ་རང་དུག་རང་གིས་ཉོ་བའི་འགྲོས་འདི་ལ་གཟིགས་ནས་སྒྲིབ་དཔོན་
ཆེན་པོ་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེས་སྒྲོ་དང་སྒྲེལ་ཁྱུང་ཡོད་ཆད་ནས་དཔེ་དེབ་ཐོན་བཞིན་འདུག་ཅེས་དོན་
དུ་བྱུར་ཟེའི་མདའ་མོ་འཕངས་པ་དེ་ཐུགས་མད་པར་སྟམ། མཛུ་བམོ་ནང་དུ་བཀྱུག་སྟེ་དེང་སང་དཔར་
དུ་བསྐྱུན་པ་ན་མས་ལ་ཞིབ་མོའི་སྒྲིལ་སྒྲིབ་ལ་བཞིན་བརྟགས་ན་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱིས་སྐྱས་པའི་གསུང་
རབ་དཔར་དུ་བསྐྱུན་པ་ནི་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་དང་སྒྲིག་ནས་མཆུངས། ཇི་སྐད་དུ་མཁས་པོ་འཇིགས་
མེད་ཕུན་ཆོགས་མཆོག་གིས།

ཡང་པོད་ཀྱི་ཚུམ་པ་པོ་དང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་འགའ་རེས་པོད་ཡིག་ནང་ཀྱི་ཡིག་གི་བདེ་མཆོན་རྟགས་
ཤད་ཅེས་པ་དེ་བསྐྱེས་ཏེ་ཀྱི་མིན་པོད་མིན་ཁྱེད་ལ་ལེ་བཞིག་བྱས་འདུག། །ཀྱི་ཡིག་ལ་སྒྲིན་འདི་
དག་མེད་ཀྱང་གཙོན་མཆོམས་དཀའ་བ་དང་དོན་ནོར་ཉིན་བྱང་བས་སོང་ཀྱི་ལ་རབས་ཚུན་ཆད་
ནས་རིམ་བཞིན་དར་བར་གྱུར་མོད། པོད་ཀྱི་ཡིག་ལ་མི་འཁྲུག་པའི་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་དང་ན་མ་

དབྱེ་ཆོག་མཉན་དེ་རྒྱུན་ཅིག་ཡོད་པས་གཅོད་མཚམས་དང་དོན་ནོར་ཅེན་ཅི་ཡང་མེད་པས་དགོས་
པ་མི་འདུག་གོ། གླིང་མི་རིགས་གཞན་གྱི་ལོགས་ཆ་ལེན་པ་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཡང་དགོས་མེད་ཀྱི་
ལད་མོ་ཆོ་བསྐྱར་ན་སྤྱི་ལོ་འདི་འདྲའི་རིགས་ཀྱི་འབྲམས་སྤྱོད་ན་དགོས་མཚན་དུ་ཅི་ཡང་མི་
འགྱུར་རོ། གྲིག་པའི་ཡུག་གྱུ་མའི་གཤེད་དུ་སོང་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་མཁས་པ་སྤྲུལ་ནམས་
ཀྱི་དགོངས་པ་དེ་མ་མེད་པ་གཞིར་བཞག་གི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིག་ལ་དག་ཐེར་དཔྱིས་ཕྱིན་
པ་བྱ་བ་ཀུད་དང་། ཅི་ལྟ་སྤྱི་ལོ་བོད་ཆོ་ལམ་གསུམ་གྱི་ཡིག་རྒྱུད་གཅིག་འགྱུར་བྱ་བ་སྤྱོད་པ་ཞིག་ལ་
ཆེ་བའི་ལས་ཡིན་ནོ།།

ཞེས་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་རྒྱུན་རྒྱུན་མེད་རྒྱུད་བཟུལ་བར་མཛད་འདུག། དེས་
ནད་ནས་བརྒྱུད་རང་རེའི་དཔར་རྒྱུན་གྱི་ལས་ལ་འདུག་པའི་མཁས་དང་མཁས་མིན་ཀྱང་ནས་ཀྱི་རིམ་
པ་བདུན་གྱིས་སྤྱི་ལོ་འདི་གསུང་རབ་དཔར་དུ་བསྐྱོན་བྱུང་ན་བསྐྱོན་པ་ཀྱིས་པ་དང་རིག་གཞུང་སྤྱི་
གཞིའི་རྒྱུ་མོགས་པ་ཞིག་འབྲེད་པར་རེ་བ་བྱེད་ཆོག། ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱི་དགོས་དམིགས་ཞིག་གསུང་
རབ་ཡི་གེའི་གཟུགས་སུ་བཞུགས་པ་ནམས་མཛོས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། མི་འབྲུགས་པ། དེ་
བཞིན་ཡིད་ཆེས་སྤྱང་སྤྱོད་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འདེད་ཡིན་ནོ།།

འོན་ཀྱང་ ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ཞེས་པ་གང་དང་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ནི་རིག་པའི་
གནས་གང་ཡང་རུང་བའི་གཞུང་གི་ཆོག་དོན་གོང་འོག་སྤྱི་བྱུང་མཉན་གཤམས་གཡོན་གྱི་སྤྱོད་མོགས་
མི་འཆོལ་བའི་ཆེད་དུ་གང་བ་པའི་བྱ་བ་དུན་ཏེ། ༡ ཆོག་བར་མི་འབྲུགས་པ་ཆོག་གི་བྱ་བ། ༢ གཅོད་
མཚམས་མི་འབྲུགས་པ་ཤད་ཀྱི་བྱ་བ། ༣ དོན་ཆན་མི་འབྲུགས་པ་ལེའུའི་བྱ་བ། ༤ གཞུང་ཆད་
རྟོགས་པ་བམ་པོའི་བྱ་བ། ༥ བམ་པོ་མི་འབྲུགས་པ་བམ་གངས་ཀྱི་བྱ་བ། ༦ མཐའ་མི་འཆོལ་བ་སྤྱོད་
ཐིག་གི་བྱ་བ། ༧ ཐེགས་བམ་མི་འབྲུགས་པ་གདོང་ཡིག་གམ་སྤྱན་ཕྱེར་གྱི་བྱ་བ་ཅས་སོ། གོང་གསལ་ལ་
ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱི་གངས་འདྲན་ནི་བོད་ཀྱི་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་དང་། སྤྱི་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་སེམས་

དཔལ་དོན་རྒྱུ་བཟངས་པའི་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་གྱི་གྲངས་འདྲེན། དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། བད་
 སྤྱོད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཐེངས་བཅོད་རྣམས་སྤྱུང་ཁྲུངས་ཀྱིས་དཔེན་པའི་གྲངས་འདྲེན་རྣམས་ལ་རང་
 ངོས་རྣམས་བསམ་ཞིབ་ནན་ཏན་གྱིས་ཞལ་གསལ་དུ་བཏང་བ་དང་ཁྱུས་དག་བགྱིས་ཏེ་འདིར་བཀོད་པ་
 ལགས་སོ། ཤོང་གི་ཐུག་དཔེ་རྣམས་སྤྱུང་རིམ་པ་བདུན་གྱི་གྲངས་འདྲེན་ཅམ་དང་། ལག་འཁྱིལ་
 ཐད་ཆོག་སྤྱོད་ཡང་གོ་མ་བདེ་འདུག་པས་གཞུང་གི་དཀྱུས་སྤྱུ་མ་བཀོད་པས་དོན་དུ་ལྷག་ཆད་ནོར་པའི་
 སྤྱོད་གསུམ་དང་ཐུན་པས་ན་རང་སོར་གཞག་རྒྱ་ལེགས་བཤད་དུ་མ་མཐོང་། བོན་ཀྱང་འབྱུང་འགྱུར་
 ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་སྒྲུབ་དུ་འདི་མཉམ་ལྷན་ཐབས་སྤྱུ་བཀོད་པ་དེར་གཟིགས་གནང་།

གཅིག ཆོག་བར་མི་འབྲུགས་པ་ཆོག་གི་བྱ།

ཆོག་གི་བྱ་སྒྲེ། ཆོག་ནི་ཆོག་བར་རམ་ཆོག་བྱིམ་མི་འབྲུགས་པའི་ཆེད་དུ་བྲིས་པའི་བར་ཆོག་དེ་ལ་
 ཟེར། འདི་ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་ནི་ཆོག་བྱིམ་སྤྱི་མི་འབྲུགས་པ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་ཡིན། མིང་དང་བྱ་
 ཆོག་ །ཕྱད་དང་རྣམ་དབྱེ་སོགས་ཀྱི་ཆོག་བར་གཅིག་ནི་ཉུང་མཐར་ཡིག་འབྲུག་ཉིས་དང་། མང་
 མཐར་དབྱངས་དང་མགོ་འདོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་ཡིག་འབྲུབ་དུན་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན། དང་པོའི་
 དཔེར་བཅོལ་ནི་གང་དང་རལ་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པའི་དཔེར་བཅོལ་ནི་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུབས་ལ་སོགས་
 པའོ། ཡིག་བཤད་དུ་འདི་ལ་སློག་གི་ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་སྒྲེ། དེ་ཉིད་ལས།

སློག་དང་རྒྱུན་གྱི་ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་སློག་གི་ཡི་གེ་ནི་དབྱངས་བཞི་དང་ཆོག་ཡིན་ཏེ། བོད་
 ཡིག་ཆོག་གིས་མ་བཅད་ན་ཆོག་བྱིམ་མི་འབྲུབ་ཅིང་། ཆོག་བྱིམ་མེད་ན་རྫོག་རྒྱུ་རྣམས་འདྲེས་
 པར་འབྱུར་བས་བཅོལ་བྱ་རྫོག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་མི་ལུས་སོ། །དཔེར་ན་སློག་དང་ཐུན་ན་གཡོ་འགལ་
 སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་ལ་མེད་ན་མི་ལུས་པ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་ཡོད་དོ།

གཉིས། གཙོད་མཚམས་མི་འབྲུགས་པ་ཤད་ཀྱི་ཀླ།

ཤད་ཀྱི་ཀླ་སྟེ། ཤད་ནི་མིང་ལ་སོགས་པའི་གཙོད་མཚམས་མི་འབྲུགས་པའི་ཆེད་དུ་དགོས་པ་ཡིན།
འདི་ལ་དབྱེན་ཆེག་ཤད་དང་། ཉིས་ཤད། གསུམ་ཤད། བཞི་ཤད། རིན་ཆེན་སྤངས་ཤད། དང་
ཀྱོག། སྤྱལ་ཤད་བཅས་བདུན་ཡོད། ཡིག་བཤད་ལྟར་ན་འདི་ལ་ཁྱེན་གྱི་ཡི་གེ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། ཇི་
སྐད་དུ།

ཁྱེན་གྱི་ཡི་གེ་ནི་དབུ་དང་ཤད་གཉིས་ཡིན་རྟེ། དབུ་དང་ཤད་ཀྱིས་ཁྱེན་བྱས་ཏེ་དེ་ནས་གཞུང་
ཡིག་རྣམས་བྲིད་གོས་པས་སོ། །འདི་དག་རེ་རེ་ནས་བཤད་ན།

༡ ཆེག་ཤད།

ཆེག་ཤད་དང་ཕུར་ཤད་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། འདི་ལ་གཞུང་འགའ་ཞིག་ཏུ་
ནག་ཤད་ཟེར། ཆེག་རིང་ཕུང་ལ་ལྟོས་མེད་ཀྱིས་མིང་བྱེ་བྲག་པ་རེ་རེ་འདི་ཇེས་སུ་ཆེག་ཤད་རེ་འབྲི་
དགོས། དཔེར་ན། ས། རྒྱ། མ། རྒྱང་། ཀ་པ། དུམ་པ། མཁན་པོ། རྣམ། ལེགས་བཤད་རྫོན་
དབང་། ཇོགས་རྩན་གཞོན་ལུང་དགའ་རྫོན། དཔྱིད་ཀྱི་ཀླུ་ལ་མེད་ལྷ་དབུངས། མཁས་པའི་མགུལ་
ཀྱན་ལུ་ཏིག་ཕྱེང་མཛེས། ལྟ་བུ་ལོ། འོན་ཀྱང་ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་ལྟ་བུའི་མཉམ་སྦྲུལ་གྱི་ཆེག་སྦྱོར་ཞིག་
འབྲིད་གོས་ཆེ་ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་རེ་རེའི་བར་མཚམས་སུ་ཆེག་ཤད་རེ་འབྲི་མི་དགོས་པ་མཐོང་བ་བརྒྱད་
པའི་ཕྱག་ལེན་ནས་བྱང་བ་ཡིན་ནོ། འོན་ཀྱང་ག་མཐར་ཆེག་ཤད་འབྲིད་གོས་སམ་མི་དགོས་ཤེ་
ན། དག་སྦྱོན་ལྟར་ན་དགོས་ཤིང་། གཞུང་གཞན་ཡང་ཆེ་ལྟར་ན་མི་དགོས་པར་སེམས་སོ། འདི་
གཉིས་ལས་གང་ཞིག་འཐད་པ་ཡིན་ནམ་ཟེར་ན། དབང་ཕྱག་ལྟ་བུའི་ག་མཐར་མིང་གཞན་མེད་ན་
ཆེག་ཤད་མི་ཐོབ་ཅིང་། དབང་ཕྱག་གི་མཐར་མིང་གཞན་རབ་བརྟན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་ཆེ་མཐའ་ལྟན་
ག་ཡི་མཐར་ཆེག་ཤད་ཐོབ་པ་ཡིན་ནའང་། དག་དབང་གི་ཇེས་སུ་རབ་བརྟན་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་འབྲི་
ལྷུ་ལ་པགོ་ལ་རྒྱ་མིན། དཔེར་ན། དག་དབང་གི་ཇེས་སུ་རབ་བརྟན་འབྲིད་གོས་ཆེ་འདི་ལྟར་བྲི་བར་

བྱ་སྒྲིལ་ རག་དབང་། རབ་བརྟན་རྩ་བུ། འོན་ཀྱང་དབང་ཕྱུག་གི་རྗེས་སྤྱོད་བརྟན་འབྲིད་གོས་
 ཆོ་དེ་ལས་ལྷོག་སྒྲིལ་འདི་ལྟར་བྱ་སྒྲིལ་ དབང་ཕྱུག་ རབ་བརྟན་རྩ་བུ། འདི་ནི་ག་མཐར་
 ཆོག་ཤད་ཐོབ་པ་ཙམ་མིན་པར་བྱེ་རྒྱུ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ཀ་དང་ག་མཐར་ཡང་རིགས་འབྲེལ་གྲོ་དགོས་
 པ་ཡིན། འདི་ལྟར་ཡིན་པ་རྗེ་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡི་གེ་འདི་རྣམས་ལས་ཀྱང་ཡང་གསལ་ལོ། །

རང་གི་བསམ་པ་ལ་ལྷོས་དེ་ལྟར་ཀྱང་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ནི་ག་ག་ཤ་མཐར་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ཙམ་
 དུ་མ་ཟད་ར་རྩ་མི་ལུང་བཞིག་ཀྱང་ཡི་གེ་འདི་མཐར་ཡོད་ཆོ་བྱེ་རྒྱུ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་རྩ་བུ་ཡིན་པ་བརྟན་
 དུ་མེད། དེར་བརྟན་དེ་དག་གི་རྣམས་སྤྱོད་ཡང་རིགས་བསྒྲེས་དེ་ག་ག་ཤ་མཐར་རྩ་བུ་ཤད་འབྲིད་གོས་
 པར་མེས་སོ། །དཔེར་ན། ལ། གི། གོ། རྩ་བུ། རག་དབང་གི་རྗེས་སྤྱོད་ཤད་ཀྱི་རྩ་བུ་དེར་བྱེ་
 ཆོག་འབྲིད་གོས་པ་ཕྱགས་མ་བརྟེན་པ་གནང་དགོས།

ཆོ་ཏན་ཞབས་དུང་གིས། ཤད་དང་མི་འདྲེས་ཞེས་པའི་དོན་ནི། ངའི་རྒྱུ་བ་ཤད་དང་འདྲེས་
 ན་དུལ་ཁུ་ཡབ་སྤྱོད་ཀྱི་གསུང་རྩ་བུ་ཡིག་ཏུ་ནོར་དོགས་ཡོད་ཟེར་བ་ལས་གཞན་སྤྱོད་ཀྱི་མེད་
 ལ། དེ་རྩ་བུ། འཇུག་གི་རྒྱུ་བ་ཤད་དང་འདྲེས་ན་འཇུག་ཏུ་ནོར་དོགས་ཡོད་པས་འཇུག་
 ཤད་གོང་བར་ཆོག་མི་འབྲི་བའི་རྩ་བུ་མཆོན་ཅི་ལ་ཕྱགས། མི་འདྲེས་པ་ཙམ་གྱི་ཆོད་ཡིན་པར་སྤྱོད་
 ན། ར་ཨ་འ་ར་པའི་པོའི་རྒྱུ་བ་ཤད་འཇུག་གི་རྒྱུ་བ་ཤད་འབྲི་རྩ་བུ་མཆོངས་པས་དེ་དག་ལ་འང་
 ཤད་གོང་ཆོག་འབྲིད་གོས་པར་བྱུང་ལོ། །འདི་བར་ཆོག་ཤད་གང་དུ་འབྲིད་གོས་པའི་མཆོན་
 མདོར་བརྩམས་ཤིག་ཡིན་ནོ།

༡ རིས་ཤད།

རིས་ཤད་ལ་དཀར་ཤད་ཀྱང་ཟེར། རིས་ཤད་གང་དུ་འབྲིམད་རྩ་བུ་བཤད་ན། དེ་ཡང་རྩ་བུ་
 མཐས་རྩ་བུ་རྣམས་སྤྱོད་པ་བརྟན། ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་བ་ཤད་པའི་རྗེས་སྤྱོད་དང་། ཆོགས་བཅད་
 ཀྱི་རྒྱུ་བ་ཙམ་ཡང་རྩ་བུ་ཆོག་མཐའ་ཅན་ཡིན་ན་རིས་ཤད་པེས་པར་འབྲིད་གོས། དེ་ཡང་། འདི་ནི་

སང་གོལ། །ལྟ་བུ་རྒྱལ་སྐྱོད་མཐའ་ཅན་ལ་ཉིས་ཤད་དང་། མཁས་པ་སྒྲོབ་པའི་དུས་ན་རྩལ། །བདེ་
བར་རྫོད་ལ་མཁས་མི་སྤྱོད། །བདེ་བ་རྒྱུད་ལ་ཆགས་པ་དེས། །ཆེན་པོའི་བདེ་བ་འཕྲོག་མི་སྤྱོད། །ཅེས་
པ་ལྟ་བུ་ནི་ཆོག་ས་བཅད་མཐའ་ཅན་ཉིས་ཤད་ཀྱི་དཔེར་བཤེད་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་འདིར་གསལ་བཞིན་
ཆོག་ས་བཅད་ག་མཐའ་ཆོག་ཤད་འབྲི་དགོས། དེ་ཡང་རྟེན་པ་ཕྱི་མའི་ཐོག་མར་འབྲི་དགོས། དེ་
བཞིན་ཕྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་བསྒྲེད་དགོས།

༡ གསུམ་ཤད།

གསུམ་ཤད་ནི་བཞི་ཤད་གང་དུ་དགོས་ས་དཔེར་ན་བམ་པོ་འཕྲུལ་འཛིན་རྒྱལ་སྐྱོད་མཐའ་ཅན་ལྟ་བུར་
གལ་ཏེ་མཐའ་ཉེན་ག་དང་ཕྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་གང་རུང་གིས་གཙོ་བོ་ཀྱི་འདུག་ན་དེར་བཞི་ཤད་ཀྱི་
དོད་དུ་གསུམ་ཤད་འབྲི་དགོས། དཔེར་ན། ཀུན་གྱིས་འདི་དོན་རྟོགས་གུར་ཅིག །འཕྲུ་བ་ཅུ་དུག་
གོ། །ལྟ་བུལ། །

༢ བཞི་ཤད།

གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་བམ་པོ་འཕྲུལ་འཛིན་རྒྱལ་སྐྱོད་མཐའ་ཅན་གསལ་སྐྱོད་
ཕྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་གང་རུང་གིས་གཙོ་བོ་ཀྱི་མེ་འདུག་ན་བཞི་ཤད་འབྲི་དགོས། དཔེར་ན། མཁས་
མཆོག་སིང་པུ་ཆེན་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྣམས་རྟེན་དཔལ་བཟང་པོའི་བཞེད་པ་དང་མཐུན་པར་
དབྱངས་ཅན་གྱུབ་པའི་དོ་རྩིས་སྤེལ་བཤོ། །ལྟ་བུལ།

༣ རིན་ཆེན་རྒྱུངས་ཤད།

ཐིག་མཁོར་ཡི་གེ་གཅིག་ལུས་ཆེ་རིན་ཆེན་རྒྱུངས་ཤད་འབྲི་སྤེལ་ཡོད། སྒྲོབ་དཔོན་འཁོས་པ་རྣམས་

ཀྱལ་མཆོན་མཆོག་ནས་འོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་ཐོག་ལོ་མང་འཆད་ཅན་ཅམས་ཞིབ་གནང་ཞེ་རིན་ཆེན་རྒྱུ་ས་
ཤད་ཐད་དེ་རྩོན་མཁས་པར་གྲགས་པ་ཀུན་གྱིས་ཞལ་ནས་མ་ཐོན་པ་ཞིག་གསུངས་ཡོད་ཅིང་། འདི་
ནི་བདག་གི་བསམ་ཚུལ་ལྟར་ན་བཤད་པ་གསུང་པ་ཙམ་མིན་པར་ལེགས་བཤད་འབྲལ་མེད་ཅིག་ཏུ་
ལུས་ཤ། དེ་ཡང་གང་གིས་མཛད་པའི་སྤྱོད་བཟོད་ཆེན་མོ་འཛམ་གླིང་ཀུན་གཅིག་ལས།

ཀྱུ་རིམ་པ་བདུན་ནང་གཏོད་མཆོམས་མི་འཛོལ་བ་ཤད་ཀྱི་ཀྱུ་ཞེས་པའི་ཤད་རྣམས་འདི་གལ་ཆེ་བ་ཡིན།

“ “ རིན་ཆེན་རྒྱུ་ས་ཤད་འདི་དོན་དུ་འཛོད་པའི་ཤད་ཡིན་ཡང་མགོ་བར་འདི་ལྟར་བཤད་པ་
ཡིན་ཏེ། དབྱ་ཅན་རྣམས་ཐིག་མཐོ་འམ་ཡིག་ཕྱིར་མཐོར་གཏོད་མཆོམས་བྱུང་ན་ཡིག་གཅིག་གིས་གསུང་
ཆོག་གཅིག་བྱུང་དུས་ཕུར་ཤད་ཆབ་ལ་རིན་ཆེན་རྒྱུ་ས་ཤད་དགོས་ཟེར་ནས་དེར་སང་བྱོལ་ཡོད་
ཀྱང་བྱིས་མ་དང་པར་མ་ཁ་ཤས་ནང་བྱིས། ཁ་ཤས་ནང་བྱིས་མེད་པ་སྐོས་མཐོ་རྒྱུ་ཆེ་བས་ཁོ་
པོས་རིན་ཆེན་རྒྱུ་ས་ཤད་མི་འདོད་པ་དང་མི་བྱི་བ་ཡིན། གང་ལགས་ཟེར་ན། ཐིག་མཐོར་ཡིག་
གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་པ་ཤེས་ཆེད་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟར་ན། ཐིག་མཐོག་གམ་ཡིག་ཕྱིར་གི་མཐོག་ལ་
ཡང་གཏོད་མཆོམས་ཤེས་ལ་ཡིག་གཅིག་གམ་ཆོག་གཅིག་ལས་མེད་པ་འོད་བཟོད་པས་དེར་ཡང་
ཡིག་ཤེས་ཆོག་གཅིག་མ་གཏོགས་ཤད་ཀྱི་ཤེས་ལ་མེད་པ་ཤེས་ཆེད་རིན་ཆེན་རྒྱུ་ས་ཤད་བྱིད་གོས་
པའི་ཐལ་བ་ཡོད་པས། རིན་ཆེན་རྒྱུ་ས་ཤད་མེད་ན་ལེགས། དེ་ལྟར་དབྱ་རྒྱུང་ལ་ཡང་ཡིག་ཕྱིར་
གི་མཐོ་མཐོག་རྣམས་སུ་གཏོད་མཆོམས་སུ་ཡིག་གཅིག་ལས་མེད་པ་ཤེས་ཆེད་ཤད་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་
དགོས་པར་ཐལ་ལོ། དེས་ན་འོད་ཤད། ལྟ་ཤི་འདིར་བྱོན་ལྟ་ཕུར་གོ་ནིར་བྱུང་ནས་ཕུར་ཤད་
ཆབ་ལ་བྱི་བ་ནིར་བ་རྒྱུན་འབྱམས་པ་ལོ། “ འོད་ཤད་ཤི་འདི་ཀྱལ་བ་དག་འབྲུན་གྱི་
འབྲལ་པའི་སྤྱོད་འབྲུམ་དུ། ལྟ་ཤི་ཀྱལ་པོ་ཞེས་སྐོས་པའོད་སྤྱོད་གང་ཡིན་ལ་འབྲུག་ཅིང་གཞན་
ལ་ཡང་ཡོད་པ་འབྲུག་ཤད་འདི་རང་རེའི་འོད་ཀྱི་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་ཞིན་དུ་བཅད་རྣམས་སུ་བཞག་པ་
མི་ལེགས་པ་དང་། དབྱེན་འོད་རྣམས་ལ་ཡང་འོད་པ་ལ་ཤད་ལོགས་སུ་འབྲུག་པས་བྱིན་ཆད་

ཆོགས་བཅད་ཆོག་ལྷག་གང་ཡིན་ཡང་འདོད་སྤྱོད་ལ་ངེས་པར་བྱིས་ན་ལེགས་པ་ཡིན་ཡང་དེང་སང་
ཕལ་ཆེར་མི་བྱིབ་དང་། ཞེས་གསུང་ངོ།།

༤ དང་ཀྲིག

དང་ཀྲིག་ནི་རྒྱལ་མདུན་མི་འབྲུགས་པ་ཁོ་ན་འཆད་དུ་འབྲིབ་སྟེ་དང་ཀྲིག་གང་དུ་ཡོད་པ་དེ་མདུན་
ངོས་དང་གང་དུ་དང་ཀྲིག་མེད་པ་དེ་ཉིད་རྒྱལ་ངོས་དེ་ཡིན་པ་ཤེས་ཕྱིར་འབྲིབ་ཡིན།

༥ ལྷག་ཤད།

གཞུང་ལུགས་ལྟར་ན་ལེ་ཆོན་གཉིས་ཀྱི་བར་མཆོམས་སུ་འབྲི་སྟོན་མཆོམས། དེ་བཞིན་ཅ་བའི་
ཆོགས་བཅད་ནང་ས་བཅད་གཉིས་ཆོགས་རྒྱུ་གཅིག་ཏུ་འབྲི་དགོས་ཆེ་དེ་དག་གི་བར་དུ་དང་། ཆོགས་
རྒྱུ་ལོགས་སུ་འབྲི་དགོས་ཆེ་ཆོགས་རྒྱུ་ལྷ་ཕྱེད་ཤད་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་འབྲིབ་ཡིན། དཔེར་ན།

༡། ཨ་ མི་དགེ་ལ་ནི་མ་འདྲེས་དང་། རྩ་དང་ལྷན་ལའང་ཉི་ཤུ་འབྱུང་། ཨ་ ཉིན་མོངས་
བཞི་དང་ཁྲོ་སྟགས་དང་། འཕྲོད་པ་དང་ནི་ཉི་ཤུ་གཅིག་ ཨ་ བསྐྱབས་ལ་བཅོ་བརྒྱད་ཨ་ལུང་
མ་བརྟན། གཞུན་ལ་བརྩམས་དག་ཏུ་འདོད། གཉིད་ནི་ཀྱན་ལ་མི་འགལ་ཕྱིར། གང་ལ་
ཡོད་པ་དེ་བརྟན་ནོ། ཨ་ རེ་ལས་ལྷ་ ཞེས་པ་རྩ་བུ་ལོ།།

དེང་ཡིག་མགོ་ཤིན་ཏུ་བརྩམས་པའི་རྩལ་དུ་འང་འདི་ཉིད་འབྲིབ་ཡིན་པས་ཕྱག་ལེན་དུ་མི་རུང་བ་
མིན་ཉེ་ཡོངས་བྱུང་ཏུ་གྲགས་ཟིན་པ་དང་། དེ་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱང་དགག་པ་བྱས་པ་མ་མཐོང་ངོ།།

གསུམ། དོན་ཆོན་མི་འབྲུགས་པ་ལེའུའི་རྒྱ།

དོན་ཆོན་མི་འབྲུགས་པ་ལེའུའི་རྒྱ་ཞེས་པ་ནི་སྐད་དང་རབ་བྱེད་གནས་ལ་སྟོགས་པ་རེ་རྩི་མཆོམས་

སྤྱི་ཤེད་འབྲི་དགོས་ཤིང་། བཞི་ཤད་འདི་ཡིས་ལེའུ་དང་རབ་བྱེད་སྔ་ཕྱི་དཔྱེ་བ་བྱེས་པ་ཙམ་ལས་
གཞུང་ཆད་དེ་གཞུང་གི་ཆེ་ཆུང་མཆོན་མི་ནུས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡི་གནས་དང་པོ་བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡི་གནས་ནི་བཅུ་དྲུག་དང་ལེའུ་བཙུག་གི་བྱང་ག་
ཉིད་ཡིན། འདི་ཡི་གོ་དོན་ནི་བཅུ་གྲངས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བཅུ་དྲུག་དང་། ལེའུ་དབང་
དུ་བྱས་ན་ལེའུ་བཙུག་ཡོད། དེ་ཡང་བཅུ་དྲུག་མགོ་ར་དང་ལེའུ་གཞུང་གི་ལེ་ཆན་རྫོགས་
མཆོམས་སྤྱི་ཡོད་པ་བྱང་ས་ན་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ།

བཞི། གཞུང་ཆད་རྫོགས་པ་བཅུ་པོའི་ཀྱ།

གཞུང་ཆད་རྫོགས་པ་བཅུ་པོའི་ཀྱ་ནི་ལེའུ་དང་མི་འདྲ་བར་བཅུ་པོའི་གྲངས་ལས་གཞུང་གི་ཆེ་ཆུང་
རྫོགས་ཐུབ། བཅུ་པོའི་སྤྱི་ཤེད་ཀྱི་དུམ་བྱ་གང་གི་ཆད་ནི་ཤོ་ལོ་གཞུང་བཙུག་ཅན་ཞིག་ལ་ཟེར་རོ།
།དེས་ན་བཅུ་པོའི་གྲངས་ཀྱི་ཆད་ཀྱི་གཞུང་ཞིག་ལ་ཤོ་ལོ་གཞུང་བཙུག་དང་གཉིས་ཅན་གྱི་གཞུང་ཞིག་ལ་ཤོ་ལོ་
ཀྱ་དྲུག་བཙུག་ཡོད་ཅིང་། གལ་ཏེ་ཆོས་རྒྱུ་ཡིན་ན་ཤོ་ལོ་གཞུང་རེར་རྒྱང་པ་བཞི་པོའི་དཔྱད་པ་དང་། རྒྱང་པ་
རེར་ཆོས་འབྲུག་བཙུག་རེ་བཅུ་པོའི་ཆོས་འབྲུག་ཉེར་བཙུག་དགོས་ཤིང་། ཤོ་ལོ་གཞུང་བཙུག་རེར་ཆོས་
འབྲུག་ཉེར་བཙུག་དགོས་པས་ན་བཅུ་པོའི་གྲངས་ཀྱི་ཆད་ཀྱི་ཆོས་འབྲུག་ཉེར་བཙུག་ཉེར་བཙུག་ཡོད་དོ། །བཅུ་
པོའི་རེའི་རྫོགས་མཆོམས་སྤྱི་ཡོད་བཞི་ཤད་འབྲི་བ་ཡིན།

ཀྱ། བཅུ་པོའི་འབྲུགས་པ་བཅུ་གྲངས་ཀྱི་ཀྱ།

བཅུ་པོའི་སྔ་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་བཞི་ཤད་འབྲི་དགོས། གལ་ཏེ་བཅུ་པོའི་སྔ་ཕྱི་པ་ཡིན་ན་ཕྱི་
མ་དེར་བཅུ་པོའི་དྲུག་པོའོ། །།ཞེས་འབྲི་དགོས་སོ། །བཅུ་གྲངས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞུང་ཆད་རྫོགས་ཏེ་
བཅུ་པོའི་དྲུག་ཅན་གྱི་གཞུང་ནི་ཤོ་ལོ་གཞུང་ཆོས་ཉེར་བཙུག་བཙུག་སྟེ་ཆོས་འབྲུག་ཉེར་བཙུག་ཆེད་བཞི་བཙུག་
བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ཡིན་པོ།

5ག །མཐའ་མི་འཆོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱུ།

མཐའ་མི་འཆོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱུ་ནི་གསུང་རབ་བཞུགས་ཡུལ་ར་པའི་གཞུགས་ཡུལ་ཁང་དེ་ལ་ཟེར།
འདི་ཡི་དགོས་པ་ནི་གསུང་རབ་གང་ཞིག་གོང་ལོག་དང་གཡམས་གཡོན་གྱི་ཀྱུ་ལས་མི་འཆོལ་བར་ཆར་
དུངས་བར་ཡོང་བར་དམིགས་པ་དང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་གསུང་རབ་རྣམས་ནི་ཆོས་དགོན་མཆོག་
གི་ཉེན་ཡིན་པས་ན་དེ་དག་ལ་རྩ་ཆེར་དགོངས་ནས་གཞུགས་ཡུལ་ཁང་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་རྣམ་
པས་ཆོག་པ་གསོལ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ན་ར་མར་ཡོང་བའི་ཕན་ཡོན་རྩི་ཐོགས་པར་ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་བྱེད་
པ་ཡིན་ནོ། གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན་གསུང་རབ་དེ་བ་གཟུགས་སུ་དཔར་སྐྱེན་གནང་སྐབས་ཀྱི་རིམ་
པ་བདུན་གྱི་ནང་ནས་མཐའ་མི་འཆོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱུ་བཀོལ་བའི་དེ་བ་གཟུགས་དཔར་སྐྱེན་ཞུས་པ་
དཔེ་མཆོན་ཞུ་བྱ་ཅམ་མ་གཏོགས་ཡོངས་གྲགས་དཔར་སྐྱེན་གྱི་ལག་ལེན་དུ་དགོས་མཁོ་ཡོད་སྟེ་དེ་
སྟེ་རེ་རུང་ནས་ལམ་རྩིན་དཔེ་མཆོན་དང་འགྲེལ་བཤད་ཞུས་པ་བྱུང་འདུག་ཀྱང་ཁོང་ལ་ཉན་འཛིག་
གནང་མེད་པའི་དངོས་ཡོད་ལོ་རྒྱུས་བྱུང་ཡོད། གསུང་རབ་དཔར་སྐྱེན་ཞུ་སྐབས་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་
ཀྱིས་བཅིངས་དགོས་པ་དེ་ལ་གོང་རིམ་ནས་བཀའ་འཁྲུག་ལྟ་དགོས་རྩ་བ་ནས་མེད་ཀྱང་དེང་ཤེས་མཁན་
ཉུང་བ་དང་། མི་ཤེས་མཁན་ཆོས་ཤེས་མཁན་རེ་རུང་གི་ཞུས་པ་ཉན་ཀྱུ་དག་འཆོག་པས་ཅན་དང་ཁྲལ་
མངོན་སྲ་བཅས་སུ་སོང་བའི་ཉེར་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་ཆང་མས་ངོས་ལེན་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་བརྟེན་
གནས་ཤིག་ནས་དཔར་སྐྱེན་སྐབས་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་བཀོལ་དགོས་པའི་བཀོད་ཁྲལ་ལམ་རྩིན་གྱི་ཚུལ་
དུ་གནང་བྱུང་ན་དག་མཆོན་ཅི་ཆེ་ཡོང་བར་གཏོན་མི་ཟ། དེ་མིན་དེ་བ་རེ་རུང་རྟེན་དེ་སྟེ་ཡང་བཀོལ་
ཡོད་ལ་འབྱུང་འབྱུར་ཡང་ཚུལ་བཞིན་བཀོལ་ཀྱུར་ཡིད་ཆེས་ཡོད། འོན་ཀྱང་འདི་རིགས་རེ་རུང་
གིས་བཀོལ་བས་མི་ཆོག་ཅིང་ཆང་མས་ཚུལ་བཞིན་བཀོལ་དགོས་པ་གལ་ཆེན་ཡིན་པར་སེམས་སོ།།
འདྲར་མན་དུ་བཞུགས་པའི་རྩིང་རྩི་བྱམས་པ་བྱུང་བ་སྐྱེན་ལགས་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔེ་དེ་བ་གང་ཞིག་
རང་གི་ཕྱག་བྲིས་སུ་ཡོད་པ་དེ་དག་དུ་མཐའ་མི་འཆོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱུ་དེ་ཚུལ་བཞིན་བཀོལ་ཡོད།

བྱང་ཨ་རི་ནས་དཔེ་དཔེ་ཤིང་ཕྱི་བང་མཛོད་ཅེས་པ་དེར་ཡང་མཐའ་མི་འཛོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱ་ཚུལ་
བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཅིས་རིག་སྒྲ་བའི་དབང་ཕྱག་གོ་འདྲི་ནན་ཆོ་དབང་ནམ་ཀྱལ་མཚོག་གི་རྩ་
ཟེར་དང་། ཁོང་གིས་ཁྱས་དག་བགྱིས་པའི་རྩ་བའི་འོད་ཟེར་” ནམ་གཉིས་སུ་སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱ་ཙམ་
མ་ཟད་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གར་ཚུལ་བཞིན་བཀོལ་ཏེ་ཐྱིས་འབྱུང་དཔར་སྐྱེན་ཕྱེད་པོ་ནམས་ལ་ལག་ལེན་
གི་ཚུལ་དུ་དཔེ་ལྷན་གནང་ཡོད། དེས་ན་དཔར་སྐྱེན་ཕྱེད་པོ་ནམས་ནས་འབྱུང་ཅིས་མན་ངག་རྩ་
བའི་འོད་ཟེར་གི་དཔེ་གཟུགས་དཔར་སྐྱེན་འདི་ལ་མིག་དཔེ་བལྟས་ཏེ་དཔར་སྐྱེན་ཁྱས་དག་གི་ལས་
ལ་བསྐྱབ་དགོས་པར་བསྐྱལ་ཡོ།

བདུན། ཐེགས་བམ་མི་འབྲུགས་པ་གདོང་ཡིག་གམ་སྐྱེན་འཁྲེར་གི་ཀྱ།

ཐེགས་བམ་མི་འབྲུགས་པ་གདོང་ཡིག་གམ་སྐྱེན་འཁྲེར་གི་ཀྱ་ནི་ཐེགས་བམ་དཔེ་རས་ཀྱིས་སྤྲས་གིང་
སྤོང་འོག་མ་འབྲུགས་པ། རྒྱུ་པ་པོ་ནས་བཅུས་པའི་གཡོན་གི་སྡེ་མོར་གོས་ཆེན་སོགས་ཀྱི་སྤྲེལ་ས་
དབུས་སུ་ཐེགས་བམ་གི་མཚན་བཞུགས་པ་དེ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། འདུལ་བ་ཀ་ཀ་ལྟ་བུའོ། གདོང་
ཡིག་གམ་སྐྱེན་འཁྲེར་གི་ཀྱ་འདི་ལ་དབྱེན་སྐད་དུ་སི་པ་ཡིཾ་(spine) ཟེར།

གོང་གསལ་ནམས་ནི་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གི་བཤད་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་དག་ཆེས་སྡེ་ཐིག་ནས་གསུང་
རབ་དཔར་སྐྱེན་ལག་ལེན་དུ་མཁོ་བར་གཟིགས་ཏེ་སྤོང་གི་ཡོད་པར་བཀའ་དྲིན་ཅན་ནམས་ཀྱིས་གཏན་ལ་
ཡབ་པར་སེམས་སོ། །རང་ངོས་ནས་འདི་ལ་ཅུང་ཟད་ཞིབ་འཇུག་བགྱིས་འབྲས་དེང་གི་དུས་སུ་འདི་དག་
ཆ་ཆོང་དཔར་སྐྱེན་ལག་ལེན་དུ་མཁོ་བམ་གཤིགས་མེ་རྒྱུང་ཡང་སྤོང་དགོས་པར་མ་མཐོང་། རྒྱལ་པར་
དེང་དུས་ཀྱི་དབྱེན་ཇི་འདེད་དེ་བ་སྤྲེན་གྲགས་ཅན་མང་ཆེ་བར་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ལས་མེ་རྒྱུང་མ་གཤིགས་
མང་ཆེ་བ་དངོས་སུ་ལག་ལེན་བསྟར་བཞིན་འདུག ཁོང་ནམས་ནས་འདི་གི་བརྟན་བཅོས་ཀྱི་ནང་དུ་འདི་
རྟན་ལག་ལེན་ཕུན་སུམ་ཆོག་པའི་ཡོད་པ་ཤིས་ཀྱི་མེད་ཀྱང་འདི་ཉིད་དཔར་སྐྱེན་ཕྱེད་པོ་ཡོངས་ལ་ཤིན་ཏུ་

མོ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་གཞན་ན་བཞགས་པའི་རྣམ་དུྱོད་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་དང་
ལུན་པ་ཞིག་ལག་ལེན་དུ་བཀོལ་ཡོད། བོད་ཡིག་འབྲི་སྐབས་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱི་ཆེད་དུ་ཉེར་མཁོ་ཡང་
ཤེས་པ་ཞིག་ཕྱིས་སུ་བརྒྱན་ཡོད་པ་ལས་འགའ་ཞིག་འདིར་རྩེ་ཟད་ཐེང་བར་བྱ།

གཅིག་ དབུ་ཁྲུང་།

འདི་ནི་ཡལ་ཆེར་བརྒྱན་པ་སྤྱད་ར་གྱི་དུས་སུ་ཡོངས་གྲགས་སུ་འབྲི་སྲོལ་མེད་པར་སྤྱང་། འོན་
ཀྱང་ཕྱིད་ར་གྱི་དུས་སུ་རིམ་གྱིས་དེ་ཉིད་ཡོངས་གྲགས་སུ་གྱུར། དེ་ཡང་དག་ཡིག་ཐོན་མིའི་དགོངས་
ཀྱན་ལས། ཇི་སྐད་དུ།

དང་ཀྱོག་ནི་དབུ་ཁྲུང་དེ། ཇི་བརྩམས་པ་ཆ་གྱིས། དང་ཀྱོག་ནི་མྱང་བོ་ཆེའི་སྒྲ་ལྟ་བུའི་ཨ་ཡིན་
ལ། དེ་ཡང་ཡི་ཐེའི་དང་པོར་འབྲུག་པས་དེ་ལྟར་བཏགས་པར་གསུངས། ལ་ལས་སྒྲགས་ཀྱི་
དབྱར་ཨི་ཡིག་འཕོད་སྲོལ་ཡོད་པ་བཞིན་བོད་ཡིག་གི་དབྱར་ཡང་ཨི་ཡིག་བཀོད་པ་རིམ་གྱིས་
ཡི་ཐེའི་ཚུལ་ཞིག་པ་དང་ཀྱོག་ཡིན་པར་བཤད་དོ། ། ཨྱ ཨྱ ཨྱ ”

གཞན་ཡང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་རྩོམ་དེ་བ་དང་པོར། ཇི་སྐད་དུ།
ཡིག་མཐོའི་དང་ཀྱོག་འདི་ཡང་ཨི་ཡིག་ཏུ་ཤེས་ཏེ། རྒྱ་དཔེ་རྣམས་ལ་དབུ་མོག་གི་དང་པོར་ཨི་
ཞིག་བྲིས་འདུག་ཅིང་། རྒྱ་དང་ད་ལྟའི་བར་གྱི་རྒྱ་ཡིག་ལ་ཨི་གི་གཟུགས་ ཏུ་འདི་འདྲ་ཡིན་
ཅིང་། དེ་ལས་ཀྱང་ཨི་རིང་པོ་ནི་ཇི་སྐད་དུ་ཀུན་མཁྱེན་ཟླ་མས། ཨི་མ་རིང་དངོས་ཀུན་རང་
བཞིན་ཆ་མེད་ཏེ། །གསུངས་པ་ལྟར་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱིས་འགངས་ཆེན་དུ་བརྩི་གཤིས། ཡིག་
མཐོ་སྒྲགས་ན་ཨི་རིང་པོ་འདི་ཏེ། ཏུ་ཡོད་། ”

འདི་ལ་རྒྱས་བརྗེས་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཞིག་མཆིས་ཏེ། ཡི་ཐེའི་འབྲུ་འགྲེལ་བཤད་པ་ལས།
ཇི་སྐད་དུ།

ཡིག་མཐོ་རྒྱས་པ་ནི་འདི་ལྟ་ལྟེ། ཨྱ བེ་ཀ་རིས་ནི་དཀོན་དུ་ཅོག་གསུམ།

ཡིག་མགོ་འབྲིང་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ༡༡ ཡང་ན་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས།

ཡིག་མགོ་འདྲིམ་གྱི་ཤད་དང་། དེ་རྗེས་གྱི་ཤད་བར་ཆོག་བཅུའམ་བཅུ་གཅིག་གོ། །ས་བཅུ་
གཅིག་བཅུ་གསུམ་དེ་རྗེ་འཛིན་པའི་ས་ཆད་བཞེད་(ཅེས་) གྲུང་བ།

ཡིག་མགོ་བརྒྱལ་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ༡༢

ཡིག་མགོ་ཤིན་ཏུ་བརྒྱལ་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ༡༣

གཉིས། ཆེ་མགོ་

འདི་ལ་(༡) ཆེ་མགོ་འམ་ཆེ་བཟོད་ཟེར། འདི་ཉིད་གྱི་གོ་དོན་ནི་འཕགས་ཤོར་བདུན་དང་
རྒྱན་པ་ཟེར་བ་ཡིན་ཡང་། དོན་དུ་གསུམ་པ་མཆོན་པ་ཅམ་ཡིན། གཞིན་ས་ཆེ་མགོ་གང་དུ་འབྲིང་གོས་
ཐད་ཤིན་ཏུ་མངས་པས་རྒྱད་གསུམ་བཅད་རྩ་བུ་འཛིན་ཆོག་ས་ཤིག་ཐོག་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་གཏན་འཁེབས་
ཤིག་ལྟར་ན་གཅིག་མཚུངས་དང་རྒྱལ་བསམ་བཤེར་འོང་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཡན། གལ་ཏེ་དེ་རྒྱུད་ལྟར་གཞུང་
འབྲེལ་རྒྱལ་སྤྱི་དཔལ་བཅུན་ནས་ལག་ལེན་བསྟར་བྱ་དང་། རྒྱུད་གྱི་ཡིག་འབྲིང་རྒྱལ་སྤྱི་ཤིན་ཏུ་
འདོམས་དཀའ་ལ་དེ་ཅམ་གལ་ཆེན་ཡང་མི་ཆགས། དཔེར་ན་དེང་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་རྣམས་
སྤྱི་མང་གཏོད་དེ་མིན་ཡིག་ཆ་རྣམས་སྤྱི་མང་གཏོད་དེ་མངས་གཏོག་ལ་ཞིག་འབྲིང་ལང་བའོད་
འདོམས་མེད་པས་བདེ་དག་དང་མཐུན་པ་ཅམ་གྱིས་འགྲིགས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དགོངས་པ་བཞེས་
དགོས་པ་ཞིག་ལ་གལ་ཏེ་ཆེ་མགོ་མེད་ན་མ་གུས་པ་བྱས་པ་གཏན་ནས་མིན་པའི་སྤྱི་བྱེད་དུ་བྱ་མ་དང་
སངས་རྒྱལ་གྱི་དབྱར་ཆེ་མགོ་མི་འབྲིང་པའི་ཕྱིར། འདི་ཐད་གསུམ་གྱི་བསམ་ཚུལ་ནི་སྤྱི་ནོར་ལོག་ས་
ལ་སྤྱི་བསམ་མགོན་ཆེན་པོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་མགོ་འབྲིང་བྱ་དང་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྤྱི་བསམ་ཆེན་དམ་པ་སྤྱི་བྱེད་ཞིག་
ཡིན་ཡང་ཆེ་མགོ་མི་འབྲིང་པའི་ཕྱག་ལེན་ཞིག་ལྟར་ན་ཤིན་ཏུ་འོས་པས་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་བཟོ་བྱུང་

[illegible]

གི་རི་མོ། འག་སྐྱར། གཡུང་རྩུང་སྐོག་ས་འབྲེ་བ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་མང་པོ་ཞིག་གི་ལས་ཀ་དེ་ཤད་
གྲག་དང་། ཡང་འག་འཁྱིལ་ཡི་གེ་ཉིད་སྐྱུ་ཆ་གར་དུ་བཏང་ནས་བྲིས་ན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོག་པ་ལས་
རྟགས་དམིགས་བསལ་དེ་འདྲ་དགོས་པ་དེ་ཙམ་མ་མཆིས། ཆོག་མཛད་མ་རྩལ་པར་རྩུང་བྱད་
ངལ་གསོ་བའི་རྟགས་ (, comma) འདི་ཉིད་རྩ་བ་ནས་མེད་གོས་ཏེ་རྩུང་བྱད་ངལ་གསོ་བ་མཆོན་
ཕྱིར་ཤོད་ཡིག་ནང་ཕྱད་དང་རྣམ་དཔྱེད་ཆེན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། གནས་ཚུལ་འདི་ནི་བདེན་
གྱི། དེ་ནི་མི་བདེན་མོ། །རྟ་བུལོ། །

བཞི། གཏེར་ཤད།

ཇི་རྟེན་དུ། རྒྱང་བཞེད་ཆེན་མོ་འཇམ་གླིང་རྒྱན་གཅིག་ལས།
འདི བྱད་དང་། ཡང་ན བྱད་འདི་ལ་གཏེར་ཤད་ཟེར། འདི་དང་དྲག་ཤད་དང་གཏེར་ཆོག་ ཆོག་
དྲག་རྣམས་དོན་གཅིག་མེད་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། རེགས་སྐྱར་རྣམ་བཙད་ བྱད་འདི་དང་གཟུགས་
འདྲ། ཤད་འདི་གཏེར་ནས་བཏོན་པའི་ཕྱག་དཔེ་ལ་བྱུང་བས་གཏེར་ཤད་དང་གཏེར་ཆོག་ཅེས་
བཞེད། འབྲིག་དཔལ་འཛིན་གྱིས་ནོར་བར་བཤད་ཀྱང་། ཀྱན་མཁྱེན་རྒྱུ་ཆེན་རབ་འབྱམས་
པ་དང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་གཏེར་གྱི་ཕྱག་དཔེ་མ་བྱད་ཡིག་རྒྱུང་ལ་ཡང་ཡོད་པས་རྩོན་
གྱི་ཤོད་ཡིག་གི་བྲི་ཚུལ་རྒྱུང་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསུངས། १९

རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་པོ་གང་རུང་དང་བརྟལ་བའི་དཔར་རྒྱན་འག་འཁྱིལ་མཛད་པ་རྟོན་ལྷ་རྒྱ།

༡ ཆོག་པར་མི་འབྲུགས་པ་ཆོག་གི་རྒྱ་དང་བརྟལ་བའི་དཔར་རྒྱན་གྱི་མཆན་གཞི།

ཆོག་གི་རྒྱ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཤིན་ཏུ་ལས་སྒྲ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ནོར་འབྲུལ་གྱིད་

མཐའ་ཙམ་ལས་ཡོང་མི་སྲིད་པ་རྟ་བུ་ཡིན།

༡ གཙོད་མཚམས་མི་འབྲུགས་པ་ཤད་ཀྱི་རྒྱ་དང་བཀལ་བའི་མཚན་གཞི།

གཙོད་མཚམས་མི་འབྲུགས་པ་ཤད་ཀྱི་རྒྱ་འདི་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་མཇུག་བར་དཔར་སྐྱེན་
པ་ཡོངས་ལ་དཀའ་ངལ་ཏིལ་འབྱུང་ཅམ་ཡང་འཕྲད་མེད་ཀྱང་། དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་གསུམ་
ལ་མངོན་དུ་སྒྲུགས་པ་དང་ཉེར་གཅིག་ཤད་བ་ནས་བཟུང་ན་མ་དཔྱད་ཀྱིས་ཤོངས་པ་འཇམ་
ཡང་ན་དགོས་མེད་ཀྱི་བློ་པ་ཤིན་ཏུ་སྒྲེན་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་རྒྱ་འདི་དང་བཀལ་བ་མི་ཉུང་བ་
ཞིག་མཐོང་ཡུལ་དུ་སྤང་། འདི་ནི་གསུམ་ར་བཤད་དང་ལེགས་བཤད་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བའི་
ཉེར་ལེན་ཁོན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བར་སེམས་སོ། །དེས་ན་རྒྱ་མ་ཡོང་གོང་ནས་རགས་
དང་། རྒྱུ་མ་ཡོང་གོང་ནས་རྒྱུ་པའི་དཔེ་བཞིན་ད་ལྟ་འདི་རིགས་རྒྱུ་འབྲུམས་མ་ཆགས་
གོང་ནས་སྐྱེན་འབྱེན་གནད་དུ་འཁེལ་བ་ཞིག་བྱེད་མ་ཐུབ་ན་འབྱུང་འབྱུར་རི་ལྷག་པ་ཐག་
པས་མི་འདུམ་པ་དང་གཉིས་སྒྲུ་མེད་པར་འབྱུར་ངེས། དེར་བརྟེན་འདིར་མཚན་གཞི་དང་
བཅས་ཏེ་བཤད་ན། བོད་སྐད་དང་ལེགས་སྐད་ཀྱི་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་སོགས་སྐད་གཙོད་
མཚམས་མི་འབྲུགས་པ་ཤད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བཀལ་ཏེ་དཔར་སྐྱེན་བྱས་ཡོད། དེ་ཡང་ཚུ་
པ་པོ་ནམས་ནས་མ་མཐུན་པར་ཤད་ཀྱི་རྒྱ་འདི་ལས་བཀལ་བ་མི་ཞིང་། ཤེས་བཞིན་
དུ་རྒྱ་ཡི་རིམ་པ་འདི་ལས་བཀལ་བ་ཡིན། འདི་ནི་རང་གིས་གསུམ་ར་བཤད་ལེགས་བཤད་
ཁོན་ར་རྒྱུ་པའི་ངང་ཚུ་ལ་དུ་སྤང་། མཚན་གཞི་འགོད་པ་ལ།

ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་དེར། གཏམ་གྲུང་བ གཏམ་རྒྱུད་ ” སོགས་བཀོད་ཡོད་པས་སོ། །

བྱེད་བྱ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་མཐར་ཉིས་ཤད་འབྱེད་གོས་པ་དེ་མཁས་རྒྱུན་ཀྱན་ལ་རྒྱུད་རྒྱུར་གྲགས་
ཀྱང་འགའ་ཞིག་གིས། ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་པ་ཁོན་ར་ཉིས་ཤད་ལས་རྒྱུ་པ་དང་པོ་གསུམ་
ལ་ཆོག་ཤད་ཀྱིས་ཆོག་པར་བྱས་པ་དང་། ” ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོགས་བཅད་ཐ་མའི་རྒྱུ་པ་
ཐ་མ་ལས་གཞན་པའི་ཆོགས་བཅད་གོང་མའི་ཆོགས་རྒྱུ་པ་ཆང་མར་ཆོག་ཤད་ཀྱིས་ཆོག་པར་བྱས་

པ་དང་།” ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། ཚིགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་ཚང་མར་ཆོག་ཤད་ཀྱིས་ཆོག་པར་
བྱས་པ་” རྣམས་ནི་ཤད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བརྒལ་བའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ནོ། །

ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཚིགས་བཅད་འབྲི་སྐབས་ཆོགས་རྒྱུ་ཡིན་པར་འདྲི་བའི་
སྒྲིབ་ཞིག་ཀྱང་འདུག་ན་འོས་མིན་རང་གིས་མཛོད་བསམ་གཏོང་དགོས་པར་སེམས་སོ། །སྒྲིབ་དཔོན་
འགོས་པས་རྒྱ་ལ་མཚན་མཚོག་ནས་རང་གི་བརྩམས་ཆོས་ཞ་ནམ་ནམ་འབྲེལ་གྱི་ཐེང་བེད་ཆེན་མོ་
འཇམ་མཐོང་རྒྱན་གཅིག་ཏུ་ཤད་ཀྱི་གོང་དུ་ཆོག་ཅེ་འབྲི་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྒྲར་བསྐྱར་ཤད་
གཅིག་མ་གཏོགས་འབྲི་རྒྱུ་མེད་པའི་དགོངས་འཆར་གནང་ཡོད། ཐེང་བེད་ཆེན་མོ་དེ་ཉིད་སྒྲིབ་དཔོན་
འགོས་རང་ཉིད་དགོངས་པ་མ་རྒྱེགས་གོང་ནས་དཔར་དུ་བསྐྱུན་ཡོད། དེ་རྒྱུ་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་མ་འཇམ་
དཔལ་རབ་བརྟན་ལྷ་བ་ནས་འཇམ་མཐོང་རྒྱན་གཅིག་ཅེ་ཉིད་འགོས་སུ་དཔར་དུ་བསྐྱུན་ཡོད། དེ་ཡི་
དབྱར་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་མ་ཀམ་གོང་བདེ་ལྷ་བ་ནས་ཆེན་གྱི་རྣམ་ཐར་ཞིག་ཀྱང་བརྩམས་ཡོད། དེ་གཉིས་
ཀར་ཤད་མཐའ་དག་གི་གོང་དུ་ཆོག་ཅེ་བྲིས་པ་ཤ་སྟག་སྟངས་། དེ་བཞིན་སྒྲར་བསྐྱར་ལའང་ཆོག་ཤད་
ཁོན་སྟངས་། དེ་ལ་བསམ་གཞིགས་ཤིག་བྱ་རྒྱུར། ཤད་གོང་ཆོག་ཅེ་བྲི་རྒྱུ་དེ་བཞིན་ཆེན་གྱི་དགོངས་
པ་ཡིན་མིན་ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱས་པ་ན་འདི་ལྟར་བརྟེན་ཏེ། རང་ཅེ་འབྲི་བརྟན་བཅོས་སུ་བརྟན་བཅོས་
ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ལ་བརྟན་བཅོས་མཁན་གྱི་དགོངས་པ་མིན་པ། བརྟན་བཅོས་མཁན་གྱི་དགོངས་
པ་ཡིན་ལ་བརྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོངས་པ་མིན་པ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་གསུང་སྒྲིབ་ཡོད་པ་བཞིན་འདིར་ཡང་
འདི་ལྟར་བཀྲལ་དགོས་པར་སྟངས་སྟེ། ཤད་གོང་ཆོག་ཅེ་འབྲི་བ་འཇམ་མཐོང་རྒྱན་གཅིག་བརྟན་བཅོས་
ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ཡང་བརྟན་བཅོས་མཁན་གྱི་དགོངས་པ་མིན། བརྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་
ཏེ་བརྟན་བཅོས་སུ་དངོས་སུ་གསལ་བའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་བརྟན་བཅོས་མཁན་གྱི་དགོངས་པ་མིན་
ཏེ་སྒྲིབ་དཔོན་རང་ཉིད་མ་གཞིགས་གོང་གི་བརྩམས་ཆོས་དཔར་དུ་བསྐྱུན་པ་དང་ལྷན་དཀ་བཀྲིས་པའི་
གསུང་རབ་གང་གི་ནང་དུ་འདྲ་ཤད་གོང་ཆོག་བྲིས་མེད་པས་སོ། །སྒྲིབ་དཔོན་རང་ཉིད་ཀྱི་བརྩམས་

ཆོས་མཐའ་མ་དཔར་དུ་བསྐྱེད་པ་དེ་ནི་འདུལ་པའི་སྐྱེད་འབྲས་ཀྱི་སྐྱེད་བཟོད་དེ་ཡིན་ལ། དེར་ཤད་
གོང་ཆོག་མེད་ཅིང་། སྒྲིབ་དཔོན་རང་ཉིད་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་མཐའ་མ་གྲུབ་ཀྱང་དཔར་དུ་མ་འཁོད་
པ་དེ་ནི་གངས་ཀྱི་མངོན་བཟོད་གཞུང་ཀུན་བརྩམས་པའི་མེ་ལོང་གི་འགྲེལ་པ་མཁས་པའི་གཞུང་བརྒྱའི་
མདུད་འགྲོལ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། ཞེས་པའི་སྐྱེད་བཟོད་མ་བརྩམས་པའི་ལོག་ངོས་གོ་གཉིས་ཀྱི་བདག་
ཉིད་ཅན་དེ་ཉིད་ཡིན། དེར་ཡང་ཤད་གོང་ཆོག་དང་སྒྲུབ་བརྩམས་ཆོག་ཤད་བྲིས་མི་འདུག་གོ། འོན་
ཀྱང་བྲིས་སྤྱད་ནས་གྱི་སྒྲིབ་མེ་ལོང་ན་མས་ནས་ནན་གྱི་གསུང་ལ་གཅིག་མཆེར་བརྒྱུད་སྟེ་འདི་ལྟར་བཞུགས་
པ་ལ་ཞེས་ཀྱང་མ་མཆིས། འོན་ཀྱང་གཏམ་བཤད་འདི་ཉིད་བྲིས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཤེད་སྟོང་བྱས་ཏེ་བཤད་
པ་ཡིན་ན། ནན་གྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་གྲོས་གཞི་མ་གཏོགས་གྲོས་ཆོད་མིན། རྗེས་འདུག་
སྒྲིབ་མེ་ལོང་ན་མས་ནས་གྲོས་གཞིར་གྲོས་ཆོད་དུ་བསམས་ཏེ་འདི་ལྟར་ལག་ལེན་བརྒྱུར་བར་སྒྲུང་།
ཡང་ནན་གྱིས་འདི་ལྟར་དུ་གསུངས་པ་ནི་དགོངས་འཆར་ཅམ་ཡིན་གྱི་འཕྲུལ་དུ་ལག་ལེན་གྱི་ཆེད་དུ་
མིན། གལ་ཏེ་ཡིན་ན་རང་གི་བརྩམས་ཆོས་སྤྱད་ངོས་སྤྱད་གོ་ལ་དགོས་པའི་ཕྱིར། གང་དགོངས་
འཆར་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་མཁས་མང་དབུས་སྤྱད་གྲོས་ཆོད་བཞུགས་ཏེ་གཏན་འཁེབས་རྗེས་ལག་ལེན་བརྒྱུར་
རྒྱུ་མ་གཏོགས་རང་གར་བྱས་ན་ག་ལ་འགྲེགས། ཆོས་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱད་གཏན་འཁེབས་འདི་རིགས་
ལ་བཀག་བཅད་ཟེར་བ་ཡིན།

༡ དོན་ཆཛ་མི་འཁྲུགས་པ་ལེའུའི་རྒྱ་དང་བརྒྱལ་པའི་མཆོན་གཞི།

དོན་ཆཛ་མི་འཁྲུགས་པ་ལེའུའི་རྒྱ་ལས་བརྒྱལ་པའི་དེང་རབས་ཀྱི་དཔེ་དེབ་དཔར་དུ་བསྐྱེད་པ་
མ་མཐོང་། ལྷག་པར་དེང་གི་དུས་སྤྱོད་ལེའུ་འེ་འེར་ནང་གསེས་ས་བཅད་དུ་ཡོད་པ་སྤྱོད་གསུང་རབ་
ན་མས་ལས་ཞལ་གསལ་བ་དགོད་རྒྱུའི་སྟེན་རྒྱུན་ཞིག་དར་ཡོད། སྤྱི་ཀྱི་གསུང་རབ་ལྟར་ན་བམ་
པོ་ནི་གཞུང་གི་དབུར་དང་ལེའུ་ནི་གཞུང་གིས་བཅད་རྫོགས་མཆོམས་སྤྱོད་དགོས་པར་སེམས། ལེའུ་

དང་སྐྱ་སྐབས་རབ་བྱེད་ནམས་དོན་གཅིག་མེད་གི་ནམ་གངས་ཡིན། གཞུང་གི་མཇུག་ཏུ་བཀོད་
པའི་མཚན་གཞིར། མངོན་རྟོགས་རྒྱལ་ལས།

གཉེན་པོའི་དུ་འདོད་པ་ཡིན། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བརྟན་བཅས་མངོན་
པར་རྟོགས་པའི་རྒྱལ་ཅས་བྱ་བ་ལས་ལམ་ཤེས་པའི་དེ་ཀྱི་སྐབས་ཏེ་གཉིས་པོའོ། ། །ལྟ་བུའོ།
དེད་དུས་བམ་པོའི་བེད་སྤྱོད་མི་བཀོལ་བ་དང་ལེའུ་ནི་གཞུང་གི་དབྱར་འབྲེ་སྤྲོལ་ཞིག་མཆིས།

༤ གཞུང་ཆད་རྟོགས་པ་བམ་པོའི་རྒྱ་དང་བཀལ་བའི་མཚན་གཞི།

འདི་ནི་དེད་གི་དཔར་སྐྱེན་ཡལ་མོ་ཆེར་བེད་སྤྱོད་བཀོལ་གྱི་མི་འདུག །གསུང་རབ་རྙིང་པ་ནམས་སུ་
ནིབམ་པོ་དུ་ཡོད་ཆེས་གསལ་པོར་བཀོད་ཡོད། གསར་རྩོམ་ཆེན་མོ་ནམས་སུ་བམ་རྒྱ་དང་བམ་གངས་
ཀྱི་རྒྱ་གསལ་པོར་བཀོད་ཐུབ་ན་བརྟན་པ་ཅམ་གྱིས་གཞུང་ཆད་རྟོགས་པར་ཡན་པ་ཞིག་འོང་སྟེ།

༥ བམ་པོ་མི་འབྲུགས་པ་བམ་གངས་ཀྱི་རྒྱ།

གོང་བཞིན་ལས་ལོགས་སུ་འགྲེལ་བཤེད་དགོས་པ་མ་མཐོང་།

༦ མཐའ་མི་འཆོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་རྒྱ་ལས་བཀལ་བའི་མཚན་གཞི།

མཐའ་མི་འཆོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་རྒྱ་ལས་བཀལ་བའི་དཔར་སྐྱེན་ནི་རེ་རྒྱང་མགོ་ཁྲིམས་དེད་གི་འཕགས་
པོད་དཔར་སྐྱེན་ཡོད་དེ་ཅོག་རྒྱ་འདི་ལས་བཀལ་བར་ཞིག་ཅིག་སྟེ། དཔེར་ན། བོད་ནས་དཔར་
དུ་བསྐྱེན་པའི་དེབ་ཐེར་རྫོན་པོ་དང་། རྒྱ་གར་ནས་དཔར་དུ་བསྐྱེན་པའི་རོས་ཀྱི་ཡུལ་དང་རོས་ཀྱི་
མི་མང་ལྟ་བུ་ཡིན། རྒྱ་འདི་ལས་མ་བཀལ་བའི་རེ་རྒྱང་གི་མཚན་གཞི་ནི་གོང་གི་མཚན་ ༡ པ་
དང་། ༧ པ། ༡༠ པ། ༡༡ བཅས་སུ་ཞུས་ཟེན།

• རྒྱལ་པོ་མི་འབྲུག་ས་པ་གདོང་ཡིག་གམ་སྐྱུན་འབྱེར་གྱི་ཁྱུ་ལས་བཞལ་པའི་མཚན་གཞི།
འདི་ཉིད་གྱི་ཁྱུ་ལས་བཞལ་པའི་དཔེ་དེབ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཉུང་ངུར་ཟད། འོན་ཀྱང་རེ་བུ་དཔེར་ན་
ཆོས་སྤྱོད་བྱང་གྲོལ་སྒོའ་བྱེད་ལྟ་བུར་གདོང་ཡིག་མ་བཤོད་པས་ཁྱུ་འདི་ལས་འགོངས་པའི་མཚན་གཞི་
ཡིན།” དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ཆད་ལྷན་ཡོངས་ནས་སྐྱུན་འབྱེར་གྱི་ཁྱུ་རྩི་མི་པ་ཡིན་(spine) འཆོམས་ལུས་
སུམ་ཤོར་བ་བྱེད་གྱི་འདུག་གོ། །

ལྷན་ཐབས།

ཤད་གྱི་རྩི་མ་བྱང་།

ངག་སྒྲིན་ནས་བྱང་པའི་ཤད་གྱི་ཙ་བ།

གཙོད་མཚམས་མཐའ་རྟེན་གཡི་མཐར། ཆོག་ཤད་ང་ཡིག་མ་གཏོགས་པའི། ཤད་གྱི་གོང་ནམས་
ཕྱེ་ཆོག་སྤང། འོན་མང་བགྲངས་པའི་མིང་གི་ནི། མཚམས་དང་དོན་འབྲིང་འབྱེད་པ་དང་། འོན་
ཉུང་རྩིགས་ཆོག་མཚམས་ཆོག་ཤད། ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་རྐང་མཐའ་དང་། ལྷག་པའི་སྤྲེ་ཆན་
རྩིགས་མཚམས་གྱི། ལྷ་རུ་ཅན་མཐར་ཉིས་ཤད་བྱ། རྩི་ཆན་ཆེན་མོ་རྩིགས་མཚམས་དང་། ལེ་བྱ་
མཚམས་ལྟ་བུར་བཞི་ཤད་ཐོབ།

ལེགས་བཤད་རྩིན་དབང་ནས་བྱང་པའི་ཤད་གྱི་ཙ་བ།

ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཚམས་དང་། འོན་འབྲིང་འབྱེད་དང་དོན་ཉུང་རྩིགས། ཆོགས་
བཅད་ག་མཐར་ཆོག་ཤད་བྱ། རྩིགས་ཆོག་མཐའ་ཅན་ལྷག་པ་དང་། ཆོགས་བཅད་རྐང་མཐར་
ཉིས་ཤད་འཐོབ། འོན་ཆན་ཆེན་མོ་རྩིགས་པ་དང་། ལེ་ལྷའི་མཚམས་སུ་བཞི་ཤད་དགོས། འང་

ཡིག་མ་གཏོགས་ཡིག་ཤད་དབར། ཆོག་མེད་དེ་སོགས་ཞིབ་དུ་འབད། །

སྒྲགས་ལ་སྒྲུང་ཅིའི་དགའ་ལྷན་ནས་ཕུང་བའི་ཤད་ཀྱི་ཙ་བ།

༄། ཡི་གེའི་མགོ་འདྲན་དབུ་བྱུང་དེ། འདྲ་ཀྱིག་ལོན་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། ཤད་ལ་ཆོག་ཤད་
ཉིས་ཤད་དང་། འཕྱི་ཤད་རིན་ཆེན་སྒྲུང་ས་ཤད་དང་། སྒྲུབ་གཟུགས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའི་ཤད། ཆོག་ས་
བཅད་མཐའ་ལ་ཉིས་ཤད་འཕྱོང་། ལྷག་པའི་ནམ་གངས་སོ་སོ་དང་། འོན་ཆན་པལ་ཆེར་མཐའ་
དང་ནི། འོད་ཆོག་སྐབས་སུ་ཆོག་ཤད་འབྱེ། རྫོགས་ཆོག་སྐབས་སུ་ཉིས་ཤད་འཕྱོང་། རྫོགས་
ཆེ་བ་རྫོགས་པ་དང་། ལེ་འུའི་མཆམས་སུ་བཞི་ཤད་འབྱེ། ཐིག་མགོར་ཡིག་རྟོག་གཅིག་ཕྱུང་ཆོ།
འཁྱུགས་ཐུབ་ཆེད་དུ་སྒྲུང་ས་ཤད་འབྱེ། ལེ་འུའི་མཆམས་ལྟ་བུའི་བར་དག་དུ། སྒྲུབ་ཤད་འབྱེ་བའི་
ལག་ལེན་ཡོད། ཀྱང་བ་ཤད་དང་མ་འདྲེས་ཆེད། འང་མཐར་ཤད་གོང་ཕྱི་ཆོག་འབྱེ། འོ་འུ་འམ་
འང་ཕྱུང་བའི་ཆོ། ཀྱང་བ་ཆང་དང་མ་ཆང་བའི། འདབ་གེས་ཆོག་བར་ཐོབ་པ་དང་། མི་འཕྱོང་
པ་ཡི་སྐབས་གཉིས་ཡོད། །

ཐོད་ཡིག་བད་སྒྲོད་ཕྱི་མོའི་སྒྲུབ་ཕུང་ནས་ཕུང་བའི་ཤད་ཀྱི་ཙ་བ།

ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཆམས་དང་། འོན་འབྲིང་འབྲེད་དང་དོན་ལྷུང་རྫོགས། ཆོག་ས་
བཅད་ག་ཀ་ཤི་མཐར། ཆོག་ཤད་དང་ནི་ཡིག་འབྲེང་འགོར། ཡིག་འབྲུག་ཅིག་ལུས་སྒྲུང་ས་
ཤད་འཕྱོང་། རྫོགས་ཆོག་མཐའ་ཅན་ལྷག་པ་དང་། ཆོག་ས་བཅད་རྒྱང་མཐར་ཉིས་ཤད་འཕྱོང་།
འོན་ཆན་ཆེན་མོ་རྫོགས་པ་དང་། ལེ་འུའི་མཆམས་སུ་བཞི་ཤད་དགོས། འང་ཡིག་མ་གཏོགས་
ཡིག་ཤད་དབར། ཆོག་མེད་དེ་སོགས་ཞིབ་དུ་འབད།

མཚམས་འབྲེད་ཀྱི་འདེབས་གསར་དགོས།

༄། ཁོད་ཀྱི་གསུང་རབ་བྱེ་སྤྱོད་དུ་ལོ་ཆེན་སྤྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རིམ་པ་བདུན་བཏབ་སྟེ་བྱི་བཞི། རྒྱུ་མཐུན་མི་འབྲུགས་པ་དང་ཀྱོག་གི་རྒྱ། མཐའ་མི་འཁྱོལ་བ་སྟེ་ཐིག་གི་རྒྱ། གཞུང་ཚད་རྟགས་པ་བམ་པོའི་རྒྱ། བམ་པོ་མི་འབྲུགས་པ་བམ་གངས་ཀྱི་རྒྱ། ཆོག་སྤྱི་མི་འབྲུགས་པ་ཆོག་གི་རྒྱ། རོན་ཆེན་མི་འབྲུགས་པ་ལེའུའི་རྒྱ། ཐེགས་བམ་མི་འབྲུགས་པ་སྤྱན་འབྱེར་རྒྱ། རྣམས་ཏེ། འདི་རྣམས་ལས་ཆོག་སྤྱི་མི་འབྲུགས་པ་ཆོག་གི་རྒྱ། འདི་ལ་དེ་སྤྱན་ཆེན་གྱི་ཡིག་ཞེས་བཤད་ཅིང་། དེའི་བྱི་གཟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡང་། དང་ཀྱོག་དང་། ཆོག་དང་། ཤད་དང་། སྤྱལ་ཤད་དང་། རིན་ཆེན་སྤྱང་ཤད་དང་། གཉིས་ཤད་དང་། བཞི་ཤད་དེ་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་བདུན་དུ་བཤད་ཅིང་། དེའི་སྟེང་དེང་སང་ཤར་རྩལ་རྒྱལ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཁས་ལེན་བྱེད་བཞིན་པའི་གཤམ་གསལ་ཆེན་གྱི་ཡིག་རྣམས་ཀྱང་ཉེར་མཁོ་དང་བསྟན་ཏེ་གསར་སྣོན་བྱས་ཆེ་ལེགས་ཆ་དང་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་སེམས་ཏེ་དཔེར་ན།

- ༡ ཁོད་ཡིག་གི་ཆོག་རང་སྤོར་བཞག་པ། [']
- ༢ ཆོག་མཐུག་མ་རྟོགས་པར་ཅུང་ཟད་ངལ་གསོ་བའི་རྟགས། [,]
- ༣ རྟོགས་མཚམས་ཚུང་མཐར་བྱེད་ཤད། [;]
- ༤ ཆོག་རྟོགས་མཐར་ཆོག་ཤད། [|]
- ༥ དེ་བགས་ལ་བྱེད་ཀྱི་རྟགས། [?]
- ༦ འཁོད་པ་དང་། བདེ་སྤྱུག་ཡ་མཚན་སྤྱི་གདངས་གསལ་བྱེད། [!]
- ༧ ཆོག་དོན་གོང་ལོག་མཚམས་སྤྱོར་རྟགས། [—]
- ༨ རོན་ཆོག་ངེས་བཟུང་བྱེད་པའི་རྟགས། [-]
- ༩ ས་བཅད་སྟོགས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་འབྲེལ་རྟགས། [:-]

- ༡༠ གཞུང་གཞན་གྱི་ཡུང་ཚིག་ལོགས་སུ་དགར་བའི་རྟགས། [“ ”]
 ༡༡ ཡིག་ཚིག་དོན་གནད་ཆེ་བ་ལོགས་སུ་དགར་བའི་རྟགས། [‘ ’]
 ༡༢ རེབ་མིག་རྒྱུང་བ། [0]
 ༡༣ རེབ་མིག་ཆེ་བ། []
 ༡༤ རྟག་གེ་དང་ཚུད་པ་སོགས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྟགས། [*]
 ༡༥ ཟུར་མཆན། ཟུར་བཞེད་སོགས་ཡོད་པའི་རྟགས། [†]
 ༡༦ ཚིག་གམ་ཡི་གེ་མང་པོ་བསྐྱས་ཡོད་པའི་རྟགས། [—]
 ༡༧ ཚིག་དང་ཡི་གེ་མ་ཆང་བའི་རྟགས། [...+ ...]
 ༡༨ རེབ་དང་དོན་ཆོན་རྟགས་པ་དང་སྒྲེ་ཆོན་རྟགས་པའི་རྟགས། [|| ||]
 ༡༩ ཚིག་དེ་དོན་གཞན་ལ་འདྲུག་པ་དང་ནོར་བའི་རྟགས། [~]
 ༢༠ ཡི་གེ་དང་ཚིག་རྒྱུག་མ་ཡོད་ཀྱང་མི་གསལ་བའི་རྟགས། [.....]
 ༢༡ རྣམ་གྲངས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྟགས། [=]
 ༢༢ དོན་དམིགས་བསལ་བ་ཡོད་པའི་རྟགས། [<<>> <>]

(ཡུང་ཁྱད་ས་མ་དཔེ་རྒྱུགས་པར་མ་ཡིན་སྐབས། རྟགས་འགའ་ཞིག་བཀོད་མ་ཐུབ་པ་ན་མས་ཚུམ་ཡིག་འདིར་ཡང་
 རྟོང་པར་བཞག་འདུག་པས། ཚུམ་རྒྱུག་པས་མ་དཔེ་ལག་བྲིས་མ་ཐབས་འཛོལ་གྱིས་ཁ་བསྐྱངས་ཡོད།)

འདིའི་རིགས་ད་དུང་ཡང་མང་སྟེ། སྐབས་བབ་དགོས་མཁོ་དང་བརྒྱན་ཏེ་ཐང་དོར་
 ལ་འདྲུག་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡིག་མཆོམས་དང་ཚིག་མཆོམས་འབྱེད་བྱེད་དང་། འབྲེལ་
 བྱེད་ཀྱི་ཀློན་དང་རྟགས་རྣམས་སྔ་སྔོན་གང་འོས་ཀྱིས་བྲི་སྟོན་ལེགས་བཅོས་ཐང་དོར་བྱས་ཆེ་
 གཞུང་དོན་མ་འདྲེས་པར་རྟགས་པ་དང་། གཞུང་ཚིག་མ་འདྲེས་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་པ་
 དང་། ཚིག་ཚོགས་མང་པོའི་ནང་ནས་གནད་དོན་ཆེ་གོས་གང་ཡིན་ཤེས་རྟགས་ཡོང་བ་དང་།
 ཚིག་དང་དོན་སྔ་བྲི་ལེགས་པར་འབྲེལ་ཚུལ་དང་། མིང་ཚིག་དམིགས་བསལ་བ་གང་ཡིན་ཚེགས་

ཁོ་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་བའི་དགོ་མཚན་ཆེ། གནད་དོན་དེར་བརྟེན་རྟགས་འདིའི་རིགས་རྒྱལ་ཡོངས་
ཀླུ་ཁས་ལེན་ཞུས་ཟིན་པའི་རིགས་ཡིན་ནོ། །འདི་ནམས་པོད་ཡིག་བྲི་སློབ་ཀྱི་གནའ་རབས་
ལང་མཐུན་ཚུལ་ནི་རིགས་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྤང་བརྗོད་དུ་ཅུང་ཟད་སློབ་ཏེ་བྲིས་ཟིན་པས་འདིར་
ལ་སློབ། ॥

ཀྱ་རིམ་པ་བདུན།

ཀྱ་རིམ་པ་བདུན། རིག་པའི་གནས་གང་ཡང་རུང་བའི་གཞུང་གི་དོན་མི་འཁྲུག་པའི་ཆེད་
དུག་དབའི་ཀྱ་བདུན་ཏེ། དོན་མི་འཁྲུག་པ་ཆོག་གི་ཀྱ། ཆོག་རྐང་མི་འཁྲུག་པ་གད་ཀྱི་ཀྱ། ཆོག་
དོན་མི་འཁྲུག་པ་ལེའུའི་ཀྱ། མོ་ལོ་ཀ་མི་འཁྲུག་པ་བམ་པོའི་ཀྱ། བམ་པོ་མི་འཁྲུག་པ་བམ་པོའི་གངས་
ཀྱི་ཀྱ། མཐའ་མི་འཆོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱ། ཐེགས་བམ་མི་འཁྲུག་པ་གདོང་ཡིག་གམ་སྤྱན་འབྲེར་
ཀྱི་ཀྱ་བཅས་སོ། །

ཀྱ་རིམ་པ་བདུན།

ཀྱ་རིམ་པ་བདུན། གཞུང་ཆེན་གྱི་ཆོག་དོན་བམ་པོ་སྤྲོས་ཀྱི་གོ་རིམ་མི་འཁྲུག་པར་བྱེད་
པའི་རྟགས་སམ། ཀྱ་ནམ་པ་བདུན་ཏེ། ཆོག་གི་ཀྱ། གད་ཀྱི་ཀྱ། ལེའུའི་ཀྱ། བམ་པོའི་ཀྱ། བམ་
གངས་ཀྱི་ཀྱ། སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱ། གདོང་ཡིག་གམ་སྤྱན་འབྲེར་གྱི་ཀྱ་སྟེ་བདུན།

ཀྱ་རིམ་པ་བདུན།

ཡང་ཐེགས་བམ་བཞེངས་དུས་ཀྱ་རིམ་པ་བདུན་གྱི་བཀའ་བཅད་ཡོད་པ་ནི། ཆོག་འབྲུ་
མཐར་མི་འཆོལ་བ་སྡེ་ཐིག་གི་ཀྱ། ཆོག་འབྲུ་མི་འཆོལ་བ་ཆོག་གི་ཀྱ། གཙོད་མཚམས་མི་འཆོལ་
པ་གད་ཀྱི་ཀྱ། ཀྱ་བམ་དུན་མི་འཆོལ་བ་ཡིག་མཐོའི་ཀྱ། ཐེགས་བམ་མི་འཆོལ་བ་སྤྱན་འབྲེར་གྱི་

ཀྱ། ཆོག་དོན་མི་འཆོལ་བ་ལེའུའི་ཀྱ། གཞུང་ཆད་རྟོགས་པ་བམ་པོའི་ཀྱ་བདུན་ནམ་ཡང་ན་ཡིག་
མགོའི་ཀྱ་མེད་པར་བམ་པོ་མི་འཆོལ་བ་བམ་གྲངས་ཀྱི་ཀྱ་ཞེས་བདུན་དང་།

མཆན།

- ༡ མཁན་ཆེན་འཛིགས་མེད་ཡུན་ཆོག་ས། (༡༩༡༡ ལོར་འཁྲུངས་) ༡༩༩༦ དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་
པའི་གངས་ཅན་པ་རྒྱམས་ལ་ཡུལ་པའི་རྟིང་གཏམ་སྤྱིན་གྱི་རིལ་མེཞེས་བྱ་བ་བཞུགས། ཟླ་རུང་ཐོག་གསུམ་
ཆོས་རྒྱུད་ནས་པར་དུ་བསྐྱུན། བོག་ངོས་ ༡༡—༡༩
- ༢ བཅུན་དར་ཨ་ལག་ག།
༡༩༡༠ བོད་བཅའ་རྒྱལ་གཞག་ཉེར་མཁོ་ཕྱོགས་བསྐྱེད་སྤྱད་ལའི་དོ་གཤམ་དང་པོ་ལས་ཡིག་འི་
བཤད་པ་མཁས་པའི་ཁ་ཀྱན། བསྟན་གྲགས་པོད་ཕྱེང་ ༡ བོག་ངོས་ ༡༡༠
- ༣ གོང་བཞིན།
༤ རོ་སྒྲད་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་བཅུན་འཛིན་ཡར་ཀྱས། (༡༩༡༥—༩༦)
༡༩༩༥ ༥ ལྷུབས་རྗེ་རོ་སྒྲད་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་རྒྱུ་མགའ་མེད་ལས་པོད་ཡིག་བཅུ་གྲུ་ཕྱི་མེད་རྒྱུ་བྱང་བཞུགས་
སོ། །དགའ་ཤར་བཀྲ་ཤིས་དགའ་ལེལ་རོ་སྒྲད་ཟླ་བྱང་། བོག་ངོས་ ༡༡
- ༥ ཆོ་ཏན་ཞབས་བྱང་། (༡༩༡༠—༡༥)
༡༩༤༡ བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲ་རིག་པའི་བཅུན་བཅས་ལས་ཡིག་འཛིན་ཐོབ་ཐང་བཤད་པ་སྒྲགས་ལ་སྒྲུང་ཅིང་དགའ་
རྟོན་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །མཆོ་རྒྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ཟེ་ལིང་། བོག་ངོས་ ༡༡
- ༦ ལྷུབ་དཔོན་འགོས་པརྒྱ་རྒྱལ་མཆན། (༡༩༥༦—༡༩༩༡)
༡༩༩༩ ཟླ་བ་ཐོན་ཆེན་མོ་འཛམ་སྒྲིང་རྒྱན་གཅིག་དང་། ཞ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་སུམ་རྟགས་འབྲེལ་པ་བཞུགས་
སོ། །འཛམ་དཔལ་རབ་བཅུན་ནས་སྒྲུབ་དཔར་དུ་བསྐྱུན། བོག་ངོས་ ༡༩
- ༧ ལྷུབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན།
༡༩༩༠ མཛོད་རྩ་བ། མཛོད་རྟོགས་རྒྱན་དང་། དབུ་མ་འཇུག་པ། མཛོད་རྩ་བ་བཅས་བཞུགས་སོ། །ཕྱ་
ཆ་མཐོ་སྒྲུབ་དགའ་ལྷན་སྤྱི་ལས་ཁང་། བོག་ངོས་ ༡༥༥

ཇོང་ཅེ་བྱམས་པ་བྱབ་བརྟན།

༡༩༢༢ དགའ་ལྷན་ཡུན་ཚོགས་མིང་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གྱི་བྱང་བཡིད་ལ་བྲན་བྱེད་ཀྱན་བྱབ་
ལྷན་པའི་རྩ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། | IM SELBSTVERLAG DES VERFASSERS,
GOTTINGEN

༡༩༢༡ ཆོས་གྲ་ཆེན་པོ་བཀྲིས་ལྷན་པོ་དཔལ་གྱི་སྡེ་ཆེན་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་
མིང་གི་ཆོས་བྱང་ངོ་མཚར་དད་པའི་སྒོ་འབྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

༡༩༢༡ མཁས་མང་རྒྱ་མཆོའི་བསྟེན་གནས་དབུས་འགྲུར་གདན་ས་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲལ་སེ་ར་
ཐེག་ཆེན་མིང་གི་ཆོས་འབྱུང་རབ་གསལ་ནོར་བུའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། | IM
SELBSTVERLAG DES VERFASSERS, GOTTINGEN

༡༩༢༤ གསང་ཆེན་བརྟན་པའི་འབྱུང་གནས་དཔལ་ལྷན་སྤྱད་རྒྱུད་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་གི་ཆོས་འབྱུང་
ངོ་མཚར་དོན་ལྷན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

༡༩༢༤ གཙང་མུང་སྤྱད་བསམ་གྲུབ་ཅེའི་སྡེ་སྤྱད་གཙང་པ་རིམ་བྱུང་གི་མངའ་ཐང་འཕྲོར་རྒྱུད་ཀྱི་
ལོ་རྒྱུས། བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

སྤྱབ་བརྒྱུད་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་གདམས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ནོར་བུའི་བང་མཛོད། བྱང་ཨ་རི་མཉམ་
མེད་འབྲི་གྲུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཆོས་སྡེ།

གོ་འཛི་ཆེད་བང་རྣམ་རྒྱལ། (༡༩༤༡ ལོར་འཁྲུངས་)

༡༩༢༢ ཅེས་ཀྱི་ལག་ལེན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱེད་མིག་ཉེར་མཁོའི་ཐ་མདོ་གི་མན་ངག་རྒྱུད་
དོན་སྤྱིར་པོ་ལེགས་པར་བརྟུས་པའི་རྒྱ་ཟེར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་གཞུང་སྤྱན་ཅིས་ཁང་།

ལོ་ཆེན་ཆོས་དཔལ་རྒྱ་མཆོ། (༡༩༥༤—༡༩༧༤)

༡༩༢༢ འབྱུང་ཅིས་མན་ངག་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་གཞུང་སྤྱན་ཅིས་ཁང་།

ཆོ་དན་ཞབས་བྱུང་། (༡༩༡༠—༡༩༤༥)

༡༩༢༩ དག་ཡིག་ཐོན་མེད་དགོངས་རྒྱུ། འདི་རྒྱུགས་ར་པ། ཤོག་ངོས་ ༡༢༠

དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ། (༡༩༠༣—༡༩༥༡)

༡༩༢༠ དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་ཚུལ་དང་པོ། བོད་རྫོང་ས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་

- ཁང་ནས་བསྐྱོན། བོག་ངོས་ ༡༥༡—༡༥༧
- ༡༤ བདུད་འཛམས་རིན་པོ་ཆེ།
དག་ཡིག་མདོར་བསྐྱུས་པད་དཀར་རྩུན་པོ་བྱིས་པ་དག་འབའི་ན་རྩུན་སྟོགས་ལས་ཡིག་གི་འབྲུལ་གྲེལ་
བཤད་པ། བོག་ངོས་ ༤༡
- ༡༥ སྒྲིབ་དཔོན་འཁོས་པརྩ་རྒྱལ་མཆན། (༡༩༥༤—༡༩༩༩)
སྒྲིབ་བཞུགས་ཆེན་མོ་འཛམ་སྒྲིབ་རྩུན་གཅིག་དང་། ཞ་ནམ་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་མ་དགས་འབྲེལ་པ་བཞུགས་
སོ། །འཛམ་དཔལ་རབ་བཞུགས་སྐུ་རབ་དཔར་དུ་བསྐྱོན། བོག་ངོས་
- ༡༦ J. S. Negi
༡༩༩༡ བོད་སྐད་དང་ལེགས་སྐྱར་གྱི་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། བོད་ཁྲ་པ། བོག་ངོས་ ༡༩༠༤
- ༡༧ ཆབ་བྲག་ཤོན།
༡༩༠༩ རྩུན་ཆོག་པད་དཀར་ཆོས་བྲུ། རྩམ་པ་སྤྱི་འདོན་ཐེངས་བཅུ་གཅིག་པ། བོག་ངོས་ ༥༡
- ༡༨ བེ་རི་འཛིགས་མེད་དབང་རྒྱལ།
༡༩༠༩ མན་རྩུ་ཁྱི་ལོ་རྩུན་དངགས། རྩམ་པ་སྤྱི་འདོན་ཐེངས་བཅུ་གཅིག་པ། བོག་ངོས་ ༤༠—༤༩
- ༡༩ ལྷ་ཆང་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས།
༡༩༠༩ དེན་ཅན་ལྷོ་ལོ། རྩམ་པ་སྤྱི་འདོན་ཐེངས་བཅུ་གཅིག་པ། བོག་ངོས་ ༩༠—༩༩
- ༢༠ རྒྱལ་བ་བྲམས་པ་མགོན་པོ།
མདོན་ཁྱིམ་རྩུན། མདོན་ཁྱིམ་རྩུན་དང་། དབུ་མ་འཇུག་པ། མཛོད་རྩེ་བ་བཅས་བཞུགས་སོ།
།སྐུ་ཆ་མཐོ་སྒྲིབ་དག་ལྷན་སྤྱི་ལས་ཁང་། བོག་ངོས་ ༩༠
- ༢༡ ༡༩༩༤ ཆོས་སྤྱི་དབང་གྲེལ་སྒོ་འབྲེད། སྒོ་བཟང་དགོངས་རྩུན་ལྷན་སྤྱི་ལས་ཁང་མཛུགས་དཔལ་བཅུ་བཞི་
པ། འབྲས་སྒོ་སྒྲིབ་ཤེས་ཡོན་རྩུན་ཆོགས།

རྩུན་ཐབས་ཀྱི་བྱར་མཆན།

- ༡ ཤད་ཀྱི་རྩུ་མ་བྱང་ཞེས་པ་འདི་ནི་དག་ཡིག་འག་སྒྲིན་དང་། ལེགས་བཤད་རྩུན་དབང་། སྒྲིགས་པ་

- སྐུང་ཙུའི་དགའ་རྟོན། བོད་ཡིག་བདེ་སྟོད་ཕྱི་མོའི་རྩིས་བྱང་བཅས་ན་བཞུགས་པའི་གད་དང་འབྲེལ་
 བའི་ཙ་བ་རྣམས་ལོགས་སུ་ཕྱང་བ་ཞིག་ཡིན།
 ༡ དཔལ་ཁང་ལོ་རྒྱུ་བར་གད་བར་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོད་བྱངས་ཅན་རྣམས་པའི་རྩེ། (༡༩༥༦ ལོར་འབྲུངས་)
 ༡༩༩༩ རག་སྟོན་ཙ་འབྲེལ་དང་ཡང་འབྲེལ། དག་ཡིག་རག་སྟོན་གྱི་ཙ་བ། (༡༩༩༩ ལོར་
 བརྩམས་) མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། རོག་ངོས་ ༩༥——༩༧
 ༢ དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྩེ། (༡༩༠༩——༡༩༩༧)
 ༡༩༩༧ རྩོགས་བརྩམས་པ་ད་དགར་རྟོན་པོ། ལོགས་བཤད་རྩོན་དབང་། རེས་དཔར་། རོག་ངོས་
 ༡༠༧
 ༣ ཆོད་ན་ཞབས་བྱང་། (༡༩༡༠——༡༩༩༥)
 ༡༩༩༩ གངས་ཅན་གྱི་སྐུ་རིག་པའི་བརྟན་བཅོས་ལས་ཡིག་འཛིན་བཟང་བཤད་པ་རྩོགས་ལ་སྐུང་ཙུའི་དགའ་
 རྟོན་ཅས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །མཆོད་རྟོག་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། ཟེའིང་། རོག་ངོས་ ༩༩——༩༩
 ༤ རོ་སྐད་རིན་པོ་ཆེ་བློ་བཟང་དཔལ་ལྷན་བརྟན་འཛིན་ཡར་རྒྱས། (༡༩༩༧——༡༩༩༩)
 ༡༩༩༧ རྩམས་པའི་རོ་སྐད་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་རྩིས་གཅེས་བཅུས། བོད་ཡིག་བདེ་སྟོད་ཕྱི་མོའི་རྩིས་
 བྱང་བཞུགས་སོ། ། དགའ་གར་བཀྲིས་དགེ་འཕེལ། རོ་སྐད་ཟུང་བྱང་། རོག་ངོས་ ༩༩
 ༥ སྐུང་དཔོན་མེས་པོ་པའི་དོ་རྩེ།
 ༡༩༩༧ བོད་ཀྱི་བདེ་སྟོད་རིག་གནས་སྐོར་གྱི་བཀྲོ་སྐྱེད་ཆོགས་འདུ། ཆོགས་ཞུགས་མཁས་དབང་
 རྣམ་པའི་ཆེད་རྩིས་ཕྱོགས་བརྩམས། ཏུས་མཐུན་དག་ཐེར་འཕྲི་རྟོན། བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་རྟོན་
 ཁང་། རོག་ངོས་ ༡༠༩——༡༡༥
 ༦ གང་དཔྱི་སྟན་གྱིས་གཙོ་འགན་བཞེས་ནས་རྩིས་སྒྲིག་བྱས་པ།
 ༡༩༩༩ བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། རོག་ངོས་ ༥༩༧
 ༧ དུང་དགར་རྩོད་བཟང་འཕྲིན་ལས།
 ༢༠༠༩ དུང་དགར་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། རོག་ངོས་ ༤༩༧
 ༨ སྐུང་དཔོན་འགོས་པ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན། (༡༩༩༩——༢༠༠༩)

༡༠༠༡ སུམ་ཉགས་ཀྱི་ཙ་འགྲེལ་ལ་དཔུང་པའི་གཏམ་བད་སྒྲིད་པའི་གྲུབ་མཐའི་སྒྲུང་བཞི་དེ་ཆེན་
མོ་འཛམ་གླིང་རྒྱན་གཅིག་བཞུགས་སོ། འཛམ་དཔལ་རབ་བཏན་ནས་སྒྲུར་དཔར་དུ་བསྐྱུན།
ཤོག་ངས་ ༡༥

ནག་སངས་རྒྱས་བརྟན་དར་ལགས་ནི། ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་ཉམས་ཞིབ་དང་ཚོམ་འགྱུར་
ཞི་ཚན་གྱི་འགན་འཛིན་དང་། སྐད་ཡིག་སྒྲིབ་དཔོན། བོད་ཀྱི་ཚན་རིག་དུས་དཔེ་གྱི་ཚོམ་སྒྲིག་པ་བཅས་རེད།

ཐེང་པའི།

མེས་ཟིག་དུས་དེབ། 101

དང་དམིགས་བསལ་གཞིན་སྒྲིམ་ནམས་ད་ལྟ་ཀྱང་གི་གཡོམས་ཆེ་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་བཤད་གསེས་
སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་པའི་ཇ་བྲག་གི་གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་དམིགས་དམ་པ་ཞེ་ན་རྩལ་ལོང་གི་
ས་མཆོག་ལ། “མ་འོངས་པོད་ཀྱི་ཅུ་དོན་ཟེན་རྒྱ་དེ་འཇམ་སྤྱོད་རྒྱ་ལ་ཆོག་ས་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་མ་རེད།
གང་ལ་ཐུག་ཡོད་དམ་ཟེར་ན། རྒྱ་གར་ནང་ལ་ཡོད་པའི་བོད་པའི་གཞིན་རྒྱ་འདི་ཆོའི་སྒྲོམ་སྦྱོང་ལ་ཐུག་
བརྒྱད་ཡོད་པ་རེད།” ཅེས་གསུངས་སྦྱོང་བ་བཞིན་ང་ཆོ་རང་དབང་ལུང་པར་འབྱོར་པའི་བཙན་བྱོལ་
བཙོན་སེའི་གཞིན་སྒྲིམ་མི་རབས་ཀྱི་སྒྲོམ་སྦྱོང་འཐུས་ཤོར་དུ་མ་བཏང་བར་མི་རིགས་རིང་ལུགས་
ཀྱི་ལྟ་བུ་དམར་ཁྲིད་བྱས་ཏེ་བོད་རང་གི་རིག་གཞུང་ལ་གཙ་ཆེ་བྱུང་གོམས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་གནའ་དེང་
རིག་གཞུང་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་རྒྱ་ལ་སྤྱིའི་སྤྱི་གཞན་ལ་སྒྲོན་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་གསེས་སྦྱོང་བྱེད་གལ་
ཆེ་བ་ཡང་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞག་གོ།

སྒྲོམ་པ་ཞིག་ལ་རང་ས་ནས་གཞན་སར་སྤྱུགས་པའི་ཡུལ་གྱི་རང་ཆོ་ཆད་བཞུགས་རང་བཞིན་
བྱེད་པལ་འབྱོར་མཁོ་སྒྲུབ་དང་རང་དོན་གཙོ་གཉེར་བྱེད་པར་ཕྱོགས་ཏེ་མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་ཡུལ་
ལ་འབད་མཁན་ཉུང་དུར་འགྲོ་བཞིན་པ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་མ་འོངས་པ་གསེས་སྦྱོང་བྱེད་ཡུལ་གཙོ་
བོ་སྒྲོམ་བྲལ་ཁག་ཏུ་སྤྱིར་བཏང་སྒྲོམ་གསེའི་སྤྱི་གཞི་ཆད་ལྡན་མེད་ཁར་དགོ་ཆེན་ཆོའི་ཁྲིད་དུ་འང་ཤེས་
ཆད་འདང་ངེས་མེད་པ་གང་མང་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ལ། ཆེད་གཉེར་སྒྲོམ་ཐོན་དགོ་ཆེན་གྱི་གངས་
འབོར་ཉུང་ཉུང་ཡིན་ཐོག་ས་མཐའི་འཆོ་བའི་དཀའ་ཁག་གིས་དེད་པའི་མི་གང་མང་ཞིག་གིས་རང་གི་
བྱ་ལས་ཀྱི་རྩིས་པར་ཞིབ་བསམ་བྱེད་རྒྱ་བརྩེད་ཡུལ་དུ་གྱུར་ཡོད་ཅིང་། སྒྲོམ་སྤྱུག་མང་ཆེ་བ་དགོ་ཆེན་
དང་ཕ་མའི་སྒྲོམ་གསེས་མ་འདང་བའི་གཞི་ཅུར་བརྟེན་པ་མ་དང་བྱ་སྤྱུག་ལ་ཡོད་པའི་ལྟ་སྒྲིམ་ཀྱི་བཙོ་
བའང་བརྒྱག་ཏེ་མི་རིགས་རང་གི་ཐུན་མེན་གོམས་སྤོལ་རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་ལྟར་ཆགས་ཡོད། སྒྲོམ་མཐར་
ཐུན་རྗེས་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་བ་ཤར་ཟད། ཕ་མའི་ལག་གཡོག་ན་སུད་ཀྱི་བཙོང་
མཁན་ཡག་ཤི་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་མ་ཐུབ་པའི་ནམ་པ་མངོན་གསལ་ཇེ་དོད་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། མི་རིགས་

ཀྱི་དོན་ལ་སེམས་ཤུགས་འབར་བཞིན་པ་གཞིན་སྒྲིམ་ཁག་ཅིག་རང་གི་རིག་གཞུང་གིས་ཤོངས་ལ་སྦྱར་
ཏེ། འདས་དུས་ཀྱི་དོན་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོའི་གནས་སྤངས་སྐོར་ནག་འཕྱོམ་མེར་སྐྱད་འདོད་བྱེད་བཞིན་
པ་ནི་གཞན་མདུན་ན་བཞད་གད་སྤོང་བྱེད་དང་། མི་རིགས་འདིར་དོ་ཆ་སྒྲུན་མཁན་ཞིག་ཏུ་ཆགས་
གྲབས་ཀྱང་ཡོད། དེ་ལྟར་ན་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་སློབ་གསོའི་ལས་དོན་སྲ་བརྟན་དུ་བཏང་སྟེ་རང་མི་
རིགས་ཀྱི་སོན་ཅ་དག་བསྐྱེད་བསྐྱང་གང་ལེགས་བྱེད་དགོས།

ཆོད་ཚལ་རྒྱལ་ཁབ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་སློབ་གསོ་རིག་པ་གོང་སྤྱད་དང་འབྲེལ་གཉེར་བྱའི་ལས་
དོན་འདྲ་མིན་ཡོད་པ་དང་། དགོ་ཆེན་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་། སློབ་མའི་སྤང་བྱ་སྐྱེགས་ཆོད་ཚལ་སྒྲིག་
གཞི་གཏན་འཁེབ་གྱི་ཡིག་ཆ་འཐུས་ཆོང་ཡོད། དེ་བས་ང་ཚོ་ཡང་ཇི་སྟངས་ལ་འཇོམས་སྤྱོད་སྤྱི་མཐུན་ལྟར་
འཆོད་གོས་པས་ཕྱོགས་སྒྲིལ་མེད་པ་འཆར་གཞི་བརྟན་པོར་བཙུགས་ཏེ་ད་ལྟོ་མ་འོངས་གཉིས་སྟེན་གྱི་
ལས་གཞི་བསྒྲུན་ཟེན་དར་སྤྱད་དང་ཆད་པ་ལ་སྐོང་གིས་རིག་གཞུང་དང་སློབ་གསོའི་སྒྲིག་གཞི་འདི་འང་ཆ་
ཆོད་དུ་གཏོང་དགོས་སྟབས། ཆོད་གཞི་འདྲ་མིན་གྱི་ཚུལ་ཡིག་སྤྱད་བར་མོས་མཁུན་ཞིག་ཡིན་ཆོམ་མི་རིགས་
ཀྱི་སྤྱི་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་ཡིག་སྤྱད་བར་འབད་བཅོམ་དང་། རྒྱལ་པར་སློབ་གསོའི་ལ་ཕྱོགས་འཐུས་
ཆོད་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་ཐང་རྩལ་རྩལ་བསམ་ན་མ་དག་གིས་བསམ་ཚུལ་རེ་འབུལ་རྒྱ་རྒྱབས་མཐུན་གལ་ཆེན་རང་
བཞིན་དུ་མཐོང་ནས་འདས་སོན་ཉམས་ཚུངས་དང་འབྲེལ་ད་ཐངས་ཀྱི་ཆོད་ཚུལ་འདི་སྤྱད་བ་ལགས།

དང་པོ། སློབ་ཁྲིད་གསྒྲིག་སྐོར།

དགོ་ཆེན་ནི་མི་རིགས་རིག་གཞུང་དང་རྒྱལ་ཁབ་སྤང་སྤྱོད་ཀྱི་མང་གཞི་སྒྲུན་མཁན་མ་མེད་
ཡིན་པས་རང་གི་ཡོན་ཏན་དང་ཉམས་སྦྱང་གཞི་ལ་བཞག་ནས་སྐབས་དོན་ཁྲིད་བྱའི་སློབ་ཆོན་གསྒྲིག་
འཐུས་ཆོང་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ཁྲིད་ཟིན་སློབ་ཆོན་གྱི་མཐོང་མཐུན་གང་རུང་ན་ལུས་པའི་ཆད་ལྷག་ལ་
ནན་གཞིགས་ཀྱིས་གསལ་ཁ་མ་བྱུང་བའི་རིགས་ལ་མཐོང་བསམ་བསྐྱར་མ་བཏང་སྟེ་སློབ་ཁྲིད་རྒྱུ་མའི་

གྲུ་ལ་ལྟོ་མཆོད་ཐུང་དུ་ཐུང་དེ་གསལ་པ་བརྟེན་ཕྱིན་རྒྱུ་དང་། སློབ་མ་ཆོར་གསལ་བྱིན་ཕྱིན་རྒྱུ་ར་འཛོམས་
 དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་རྣམས་ལ་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱིས་རང་གིས་མི་ཤེས་པ་དང་། གསལ་པོར་འགྲེལ་བརྟེན་
 ཕྱིན་མ་ཐུབ་པའམ་མི་ཐུབ་པའི་རིགས་དཔེ་དེ་བ་གཞན་ལ་བརྟེན་སྟོན་དང་ཤེས་རྟོག་གཞན་ལ་བྱིས་ཏེ་སློབ་
 ཚན་གང་ཡིན་རུང་རང་གི་ལྟས་ཆོད་ཀྱིས་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་བརྒྱུད་རྒྱུས་བརྟུས་འཚམས་པའི་འགྲེལ་
 བཤད་རྒྱག་རྒྱུར་འཆར་གཞི་བརྟན་པོ་བཟོས་ཆེས་སློབ་ཚན་དངོས་གཞི་ལ་འདུག་རྒྱུ་ལས་གྲ་སྒྲིག་ཅི་
 ཡང་མེད་པར་འཛིན་ཁང་དུ་འདུལ་ཏེ་ཉི་མ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་ཆེ་སློབ་མ་ཆོད་རྒྱུད་ལ་ཤེས་བྱ་གསལ་
 པ་སྟོན་མི་ལྟས་པར་མ་ཟད་དཔེ་དེ་བ་རྟེན་གང་ཡོད་པ་དེ་བརྒྱུར་སྟོན་དང་ཡང་སྟོན་བྱས་ནས་སློབ་མ་
 ཆོར་བསུན་སྒྲུང་རྟེན་ངེས་པས་ངེས་པར་དུ་སློབ་ཚན་གྲ་སྒྲིག་འཕུས་ཆང་ཕྱིན་དགོས། གྲ་སྒྲིག་ཕྱིན་
 གྲུ་ལ་ལྟོ་མཆོད་ཐུང་དུ་ཐུང་དེ་གསལ་བ་བརྟེན་ཕྱིན་རྒྱུ་ར་འཛོམས་ལ་འཛོམས་པའི་འགྲེལ་བ་
 འཕྲེལ་བའི་སློབ་མ་ཆོད་སྟོན་ལམ་འཕུས་ཤོར་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དག་ལ་འང་ཡོ་བསྟར་ཕྱིན་ཐབས་ལོགས་
 ཕྱོགས་སྒྲ་ཡོངས་ལ་ཞིབ་བསམ་གྱིས་རང་གི་འགན་བབ་གཙང་བཞེས་གནང་དགོས། དག་གཞན་ལ་
 ལས་རང་མཐོང་ཆེར་འཛིན་གང་སྟོན་སྒྲུང་མེད་དུ་བཞག་རྟེན་གྲ་སྒྲིག་གང་ཡང་མེད་པར་སློབ་མ་ཆོར་
 སློབ་བྱིན་ཙམ་ཕྱིན་ཁུལ་གྱིས་ཉི་མ་ལུབ་རིར་སྒྲེལ་བཞིན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་མི་འོས་པའི་ཁར་ཐོབ་བྱ་རྒྱ་
 ཤོགས་གཅིག་པུ་ཡིན་པའི་བཟོ་བརྟེན་ཐོན་བཞིན་པ་ནི་མི་རིགས་སྤྱིའི་གྲོང་གྲུ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་གོ །

རབ་བྱུང་ན་པོ་དེ་རྫོང་ལག་ཁུང་འབྲེལ་ཡིན་མིན་ལ་མ་ཞུས་པར་ཤེས་ཤིག་ལ་སྤངས་ཀྱིས་མགོ་དེ་
 སྒྲིག་ཤིག་སྤངས་པའི་མི་དེ་རྫོང་གི་ཁྱེད་རྣང་སྤངས་ལ་བྱུང་ནས་ཁྱེད་པའི་གསལ་ཞིག་བརྒྱུར་ནས་དེ་བྱུང་དགོས་ཀྱང་། ང་
 ཚོ་རང་སྤངས་གཞན་མེད་རྒྱུ་གསལ་པོའི་ཡུལ་གྱི་པ་ཡིན་ཐོག་བཅོན་ཀྱི་ཡེ་པའི་མིང་བྱུང་གཡུར་པོ་པོ་དེ་དོ་སྒྲིག་
 ཉུང་མ་མཆོས་བྱུ་ལ་འབྲེལ་པར་གསུམ་པོ་དེ་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པ་མ་ཤེས་པར་ཡུལ་འབྲེལ་གང་སར་བྱུང་པའི་གསལ་ལ་

མཁས་ཀྱི་དབང་གིས་ལས་དོན་དེ་འབྲུབ་དགའ་བར་གྱུར་ཡོད་ཤིང་ཀྱང་། དབུས་གཞུང་གིས་བཀོད་མངགས་
 གིས་སློབ་གྲྭ་གང་རུང་གི་སློབ་སྦྱོང་ལ་གཙོ་བོ་དག་རྒྱལ་ཁུངས་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་བསྟར་ཆོག་སུ་མེད་པ་དུས་ཀྱི་དུས་དེར་ཤིང་ཀྱང་།
 དེ་ལོ་ཤོད་དུང་ངོས་ལྷག་ས་ཀྱིས་དགོན་ཆོས་གསུམ་གྱིས་པའི་རྒྱུས་ཆ་དང་ལ་གཟིགས་ཤིང་ཤོད་དུང་ལ་ཆོག་མཆན་
 དང་ཤོད་མི་རུང་བར་ཁ་གསལ་གྱིས་གཤམ་འཕེལ་བའི་རྒྱུས་ཆ་སྦྱོང་བ་གསལ་ཤིང་ཤོད་དུང་ལ་ཆོག་མཆན་དང་སློབ་མའི་
 སློབ་སྦྱོང་གི་རྒྱུས་ཆ་དང་ཀྱང་ཡར་རྒྱས་ལྷག་སུ་ཆོས་འཕེལ་ངེས་། ཤོད་ཀྱང་། དཔལ་ཤོད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་གི་ལམ་དང་།
 ཤོད་དུང་ཆོས་ཆོས་ཀྱི་ཆོད་པ་ཁེད་ལ་ཁམས་དགོན་པ་འདི་གནད་དོན་ལྟར་ལྟར་ཞིག་གཤམ་ནས་ཞིན་ཡང་གསལ་ས་
 དཔལ་ཤོད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་མཁའ་སྤྱོད་ས་ཅམ་ཡང་མཁའ་མོས་སུ་མཁའ་གྱུར་བའི་དངོས་ནས་འཕྱི་གཞུང་ལ་གཞིན་ཆེ་བའི་
 ལ་མཆོན་ན་སློབ་མ་སྤྱོད་ཤོས་པ་ཞིག་ཅིས་མ་ཡིན།

དགོས་ཆེན་ཆོའི་གཉེར་བྱ་གཅིག་སྒྲིབ་མ་ཤེས་ཡོན་ཡེར་རྒྱལ་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་ལྟར་དང་རྒྱལ་ཁབ་
དང་མི་རིགས་རིག་གནས་གཞི་རྒྱ་ལོ་རྒྱུད་ལྟར་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་ལྟར་དང་ལྷན་པ་མེས་མས་ལ་དམ་འཛིན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་
ཆེན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་འདོན་ཆེན་འདི་དག་ཆང་དགོས་པར་བསམ། ༡) སྒྲིབ་བྱིན་སྒྲིབ་མ་འཛིན་གཞི་མ་དོར་
བརྩམས་བརྩམས་བཟང་། ༢) སྒྲིབ་མ་འཛིན་ལ་བྱིན་ཟེན་སྒྲིབ་ཆེན་ལས་བྱི་བ་འདོན་པ། ༣) སྒྲིབ་ཆེན་གསལ་
པ་འགོ་འདྲུགས། ༤) ཁ་བྱང་གི་འགྲེལ། ༥) ཆོག་གསལ་འདྲུགས། ༦) སྤྱོད་ཆེན་དང་རྒྱལ་སྤྱོད་ས་
འགྲེལ་བཟང་། ༧) དུམ་མཆོམས་མེས་འཛིན་བྱ་གནད་བརྩམས། ༨) སྒྲིབ་ཆེན་མཆོག་ལ་འདྲུགས་བརྩམས། ༩) རང་
སྤྱོད་སྤྱོད་པ། ༡༠) རང་སྤྱོད་གི་གནས་ཤིང་དང་འགྲེལ་སྤྱོད་མར་སྒྲིབ་སྤྱོད་མཆོང་ཤིང་འཛིན་པ་འགྲེལ་
བརྩམས་བྱེད་པ། ༡༡) མི་རིགས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་ཡེ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་འགྲེལ་བའི་སྒྲིབ་གསོ་རྒྱལ་
པ་དང་མི་རིགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་བདར་རྒྱེལ་བྱེད་ཐབས་བཅས་གྲྭ་སྤྱོད་འཇུག་ཆང་བྱེད་དགོས།

[illegible]

མཆོད་རྒྱུ་དུགས་ལ་འདེབས་ཀྱིད་པ་ཡིན་པས་སེམས་ལ་ངེས་པའི་བྱད་ཆོས་ལྡན། གཉིས་པན་སློབ་མ་
ཆོས་རྒྱུ་དུ་ཆུ་ཆོད་དམ་འཛིན་སློབ་བསྐྱར་སྤྱོད་དང་དོ་སྣང་གྱིད་རྒྱུ་པམ། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ། རྩ་
པ་དང་དྲུག་པ། བདུན་པ་བཅས་ནི་སློབ་ཆེན་གང་ཞིག་བརྒྱུད་རིམ་ཆ་ཆང་ཉོགས་སྒྲན་ཉིན་རེའི་འཆར་
གཞི་འཕོད་པ་དེ་བ་དང་སློབ་ཆེན་གྱི་སྤྱིའི་བརྒྱུད་རིམ་མ་ལུས་ཁྲིད་ཐུབ་པ་དང་། སློབ་མ་ཆོས་ཞིབ་བསམ་
གཏོང་རྒྱུར་པམ་ཐོགས་ཡོད། བརྒྱུད་པ་ནི་ལས་ཀ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་ལས་བརྒྱུ་མ་ཆང་ན་མི་འགྲིག་
པས་འདིར་ཡང་རྒྱང་རྒྱུད་ཀྱི་མི་རུང་ལ་སློབ་མ་ཆོས་བསྐྱར་བསམ་གཏོང་སྐབས་ཀྱི་རམ་འདེགས་སུ་ངེས་
པར་འགྱུར་ཐུབ། དགལ་པ་འདི་སློབ་གཉེར་བ་ཆོའི་ལྷས་པ་གཙོ་བོ་འདོན་ཡུལ་དང་། ཁྲིད་ཟིན་སློབ་ཆེན་
ཤེས་ཡོད་མེད་ཀྱི་དཔྱེ་མཆོམས་འབྱེད་ཀྱི་དང་ཉིན་རེའི་སློབ་སྤྱོད་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་བ་བས་གཙོ་གསུམ་
ཡིན། བརྒྱུ་མཚུགས་པ་འདི་ནི་དུས་ཆོད་དང་སྐབས་བརྒྱུན་སྤྱོད་རྒྱུ་འཕྲིའོས་བཀའ་ཞིག་ལས། ཉིན་རེའི་སློབ་ཆེན་
ཁྲིད་ངེས་པར་འཛིན་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་མ་མཐོང་མོད། འོན་ཀྱང་། དགོན་ཆེན་ལ་ལས་ལྷ་མ་འདྲུག་ལོ་མཐུད་
ཀྱིས་རྒྱང་མེད་དུ་བཞག་འདྲུག་པ་ནི་རང་འགན་དང་འཕྲུལ་བྱས་པའི་འཕྲུལ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་འཕྲུལ་སྤྲུལ་
འདི་ནི་ཏ་ཅང་གནད་འགག་ཆེ་བ་ཞིག་སྟེ། རིག་གཞུང་སློབ་གཉེར་གྱི་དང་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལ་གཙོ་
སྤྱོད་ཞེས་གྱིས་བདག་པོ་རྒྱག་རྒྱུ་དང་། མི་རིགས་སྤྱིའི་གནས་བབ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་གཞག་ཅིག་ཡིན་ལྟ་བུས་
སློབ་མ་ཆོར་མི་རིགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྩ་བ་རྒྱུད་འབྲུམས་སུ་འགྲོ་བཅས་དང་མང་གཙོ་སྤྱོད་དུས་མཐུན་
རྒྱང་བྱར་གྱུར་རིགས་ད་རྒྱུ་མེད་དྲུག་གི་དུས་སྐབས་དང་མཐུན་པའི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་གྱི་མི་སྤྱར་གསོ་
སྤྱོད་ཀྱི་དཔྱད་ཐབས་སུ་གྱུར་ཡོད། སློབ་མ་དག་ནི་མ་འོངས་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཙམ་ཡིན་པ་བྱིངས་ཀྱིས་སྤྱོད་བཞིན་
པ་ལྟར་རེད། ཡོན་ཏེ་ས་མཆོག་གིས། “དགོན་ཆེན་གྱི་ངོས་ནས་ལྷ་གུ་ཆོར་སློབ་ཆེན་དེ་སྤྱོད་ཐུབ་ཅམ་མ་
ཡིན་པར། ལྷ་གུ་དེའི་བསམ་མཁྱེའི་ནང་ལ་རྩལ་བསམ་དང་། བྱམས་བརྩེ་རྩལ་པའི་རྩལ་བསམ་ཟེར་བ་དེ་
གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་དགོན་ཆེན་ཆོའི་སྤྱོད་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་གུ་ལ་དེ་སྤྱོད་ཀྱི་དགོས་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་
ཆེན་པོ་འདུག” ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཅན་བྱུ་ཤོད་ཀྱི་སློབ་མ་མང་ཆེ་བ་པ་མ་དང་བྲལ་ཉེ་གནས་ཡོད་

པ་ཤུག་ཡིན་ཏེ་ལྷ་ལས་འདི་ཕྱོགས་ཀྱི་དགེ་ཆེན་ཆོར་པམ་དང་དགེ་ཆེན་གཉིས་ཀྱི་འགན་གཞན་དང་མེས་ཆུང་ས་
པའི་གཞི་ཡོད། ད་དུང་གོང་གི་དོན་ཆེན་ཁྲིད་དེ་མེས་པ་ལ་ཀར་གྱིས་མ་བཞག་པ་ནི་འཛིན་གྲུ་འཛོགས་ཤིང་
སྒྲོབ་མ་ཆོར་ལོ་བ་རྣམ་ཤར་བཞིན་པ་ལི་སྐབས་ཁ་མཆར་མེས་པ་ཤེད་ཐབས་འདྲ་མེན་སྤྱད་དེ་རང་ཉིད་སྒྲོབ་
མ་ཆོར་མ་དུ་འདྲེད་དཔང་འཕྲོག་ཏུ་ས་པ་ལི་སྐབས་ལ་པ་དངོས་མ་ཞིག་ཤེད་ཅི་ཏུ་ས་ལ་འབད་དགོས། མདོར་
ན་པོ་འཁོར་ལས་བརྒྱུ་ལས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྲོབ་གྲུ་སེའི་འགན་འཛིན་ནམས་གཅིག་ཏུ་བརྟུས་ཏེ་དགེ་ཆེན་དག་
གིས་སྒྲོབ་ཁྲིད་ག་སྒྲིག་བྱས་པ་ལི་ཟེན་ཐོང་དང་སྒྲོབ་མ་ཆོར་སྒྲོབ་སྒྲོང་གི་ཆུ་ཆོད་ཡར་རྒྱས་ལ་དཔག་པའི་བྱ་དགའ་
སྒྲོན་པ་ལམ་ཤོས་ཤིང་མེས་པ་ཤེད་པ་གོང་བ་མེས་པ་སྒྲོབ་གཉིས་ཀྱི་ཤེད་པ་ལམ་རྒྱས་ལ་སྒྲོབ་ཤིང་ཀྱི་ལས་འབྲུལ་
སྤེལ་རྒྱ་ཡང་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆོད།

གཉིས་པ། སྒྲོབ་ཆེན་དཔུ་འཕྲུགས་སྒྲོར།

དང་པོ་དགེ་ཆེན་འཛིན་ཁང་དུ་འཕྲུལ་དུས་ཆུ་ཆོད་དམ་འཛིན་གྱིས་འགྲོ་དགོས་པ་དང་། གལ་
ཏེ་ཁྲིན་ཤེས་གང་རུང་ལ་འཛིན་ཁང་ནང་དུ་འཕྲུལ་ཆེ་སྒྲོབ་མ་ཆོར་ཡང་ངན་གོ་མས་སུ་སོང་སྟེ་ནམས་རྒྱུན་དུས་
ཆོད་དམ་འཛིན་ཤེད་ཕྱོགས་ཐད་གཞོད་སྒྲོན་ཐེབས་ཤིང་སྐབས་ཤིག་མ་ནས་དགེ་ཆེན་གྱིས་རང་གི་སྒྲིག་
ལམ་ནམས་ཆུ་ལ་བཞིན་སྤང་གཤམ་ཆོད། སྒྲིག་ལམ་ཆུ་ལ་བཞིན་སྤང་མི་ཐུབ་པའི་དགེ་ཆེན་ཞིག་ལ་སྒྲོབ་མ་
ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ་ལས་གཞན་མེད་པས་གཟུབ་བྱ་དང་། དེ་ལྟར་འཛིན་ཁང་ནང་དུ་འཕྲུལ་ཏེ་སྒྲོབ་
མ་ཆོར་ཞིག་ལྟ་བུས་ཏེ་འཛོམས་ཡོད་མེད་ལ་བཟག་དགོས་པ་དང་། ཡང་ན་སྒྲོབ་མ་ཆོར་ཁྲིད་ཆེན་པོ་དག་
ལ་མིང་ཐོ་འཕོད་རྒྱུ་ལོས་འགན་སྒྲོན་རྒྱ་ལས། དགེ་ཆེན་གྱིས་སྒྲོབ་མ་ཤེ་ཤིང་མིང་ཐོ་འཕོས་བརྒྱན་ན་དུས་
ཆོད་ཆུང་ཟོས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་སྟེ།

དེ་ནས་ཁྲིད་བྱའི་སྒྲོབ་ཆེན་གྱི་ཁ་བྱང་ནག་པང་ལྟེང་པོ་ཏེ་ཤེས་གཟུབ་ནན་དང་། བསྐྱམ་བཤིང་
རྒྱན་པའི་སྒྲོབ་སྒྲོབ་མ་ཆོར་སྒྲོབ་གཉིས་ཀྱི་ཤེད་པ་ལྟ་བུ་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་ཤིང་། སྒྲོབ་མ་འདི་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་

བཞི་པ། ཞར་བྱང་ཚན་པ་གསུམ།

(༡) བསྐབ་བྱེ་སྒྲིམ།

སྒྲིབ་མ་རྣམས་ཡར་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བར་རམ་འདེགས་ཤིང་མཁན་གཙོ་བོ་ནི་དག་ཅན་ཡིན་པ་གོང་
ནས་རིམ་ཅན་སྒྲིམ་ཟེན་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། རྟག་པར་དག་ཅན་གྱི་རྩ་བ་འདི་ལོས་འགན་དང་ལངས་ཕྱོགས་སྒྲིམ་
སྒྲིམ་འཛིན་ཤིང་པེས་ཡོན་ར་བའི་འགན་རྩམ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་མདུན་བརྒྱུད་གྱི་གོ་མ་སྒྲིམ་པའི་ཁྲིད་དུ་ཁོ་པོས་
གསལ་བཤེད་བྱས་པོད་པས་ཁོ་མ་ལོངས་པོད་ན་དེར་གཟིགས་པར་བྱ།

ཡགོང་ས་མཆོག་གིས་ “དག་ཅན་ཆོས་རྣམ་ཀུན་སེམས་སྒྲིབ་བྱིང་བྱ་ཡུལ་འཛིན་གྱི་རིན་
གི་ཕུག་དེ་ཆོར་སྐབས་བབ་པེས་ཡོན་གྱི་སྒྲིབ་ཚན་བྱིང་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རྩ་བའི་ཕུག་དེ་དག་ཉིན་རེ་བཞིན་
རྟག་བསམ་ཐུན་པའི་མི་བཟང་པོ་ཞིག་དང་། ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ཅན་གྱི་མི་སྒྲིམ་གྱི་ཡོང་བར་ཤིང་བྱ་
འདི་དེ་དུས་རྒྱུན་གཏན་གྱི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ཡིན་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་རྒྱུན་དུ་དོ་སྣང་བྱ་རྒྱུ་ཅང་གལ་
ཆེན་པོ་ཡིན། ཉིན་རེ་འཛིན་གྱི་རིན་གི་ཕུག་ཆོའི་བསམ་སྒྲིམ་པར་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་བག་ཆགས་
གསལ་བྱུང་བ་ཞིག་དགོས།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྐབས་མཐུན་སྒྲིབ་གསེའི་རིམ་པ་དང་རང་གི་གོ་བབ་
ལ་མཐོང་རྒྱུ་རྩ་བ་ནས་མི་ཤིང་པར་མི་རྒྱུད་རིང་གཟིགས་ཤིང་དགོས་ཤིང་། རྟག་པར་བོད་མི་རིགས་
ལ་གོད་ཆག་ཐེབས་པའི་ཇ་དྲག་གི་གནས་སྐབས་འདིར་སྒྲིམ་པའི་མི་རབས་ཤིག་ཡིན་རྟགས་དུས་རབས་
དང་མཐུན་པའི་ལངས་ཕྱོགས་བཟུང་སྟེ་མི་རིགས་དང་འཆ་མས་པའི་སྤང་དོར་གྱི་རིགས་སྒྲིམ་གསལ་མེད་
པར་སྒྲིབ་མ་ཆོར་བཤད་ན་དུས་མཐུན་གནས་བབ་དང་བྱམས་བཙེའི་རྒྱས་ཀྱིས་ཐུན་པའི་བསམ་སྒྲིམ་སྒྲིབ་
གསེའི་ཁྲིམས་སྤྱིར་བཏང་པེས་བྱ་འཕྲོར་ཆེན་མཁུ་སྤྱོད་ཤིང་བྱུང་། ཅམ་ཡང་གཙོ་སྤྱོད་ཞེན་སྒྲིམ་གསེའི་
འབྲེལ་གྱི་ཕུག་ཐུབ་ན་དག་སྒྲིབ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཏུ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་སྒྲིབ་མ་ཆོར་དུས་མཐུན་གྱི་མི་སྒྲིམ་
འགྱུར་རྒྱུར་ཕན། སྒྲིབ་གསེའི་རིམ་པ་འདི་ལྷ་བ་གཙོག་གམ་བདུན་ཕྱག་རེ་འདི་མཆོམས་སུ་སྐར་མ་འགའི་
རིང་ཏག་ཏུ་རྒྱག་ཐུབ་ན་སྤྱི་ཡོངས་སྒྲིབ་མའི་ཐོམས་ཀྱིས་དང་སྤྱོད་རྒྱུ་སེམས་ལ་ཕན་ཅུས་ཆེན་པོ་འབྱུང་

ཐུབ། འདིའི་སྐབས་སློབ་མཆོར་ནོར་འབྱུལ་ཆེ་ཆུང་ཅི་རིགས་འབྱུང་བ་ཞིན་པར་ལམ་ཕྱོགས་བཟང་འབྲིང་
 དང་དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་སློབ་མཆོར་སྤྱོད་ལམ་གཞན་གྱི་མིག་དཔེར་འགྱུར་ཐུབ་པ་ཞིག་ཏུ་འབད་བཅོན་
 གུས་ནས་དགེ་སློབ་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཏུ་འགྲོ་ཐུབ་པར་བྱེད་དགོས། དགེ་སློབ་ཟུང་གི་འབྲེལ་བ་
 དམ་ཟབ་ཏུ་མ་སོང་ཆེ་མི་རིགས་སྤྱི་དོན་དང་། སྐབས་ཐོག་དེའི་སློབ་མ་ནམས་ལ་གྱིང་གུན་ཆེ་བ་མ་ཟད།
 དགོ་ཆེན་དེར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་རང་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པའི་ཆེ་མཐོང་བརྒྱུ་ལྟེན་ཁ་ཆེ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ཆེ་
 མཐོང་བརྒྱུས་པའི་མི་སྣ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་དེ་འབྲེལ་གྱི་ལས་དོན་ལ་ཕན་ཉུས་མི་ཐོན་པ་ཆད་མར་གྱུབ་ཡོད།
 འདིའི་སྐབས་སུ་འབྲིང་བུའི་སློབ་ཆེན་སློབ་མཆོར་སྤྱོད་གི་མང་གཞི་དང་མཐུན་དགོས་ཤིང་དགོ་ཆེན་
 གྱིས་ཁྲིད་ཐབས་སློབ་མཆོར་སྤྱོད་འཆམས་མིན་དང་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་གི་ཡོད་མེད་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་བྱུ་
 ཏུ་ཅང་གལ་ཆེ། སྤྱོད་མི་འཆམ་ན་དེ་ལྟར་ཐབས་ལམ་གཞན་བཅའ་ཀྱུ་ཡང་སྐབས་བརྒྱན་གྱི་དགོས་
 མཁོ་གཅིག་པོར་འཛིན་དགོས་སོ།

(༡) རག་པང་ཕེད་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས།

དགོ་ཆེན་གྱིས་དང་པོ་ནས་རག་པང་ཁག་བཞོས་ཀྱིས་སློབ་ཆེན་གྲིང་གི་ཚོགས་གསར་འབྲེལ་ལ།
 རང་བཞིན་དཔེ་མཆོན་སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་ལུ་པ་སོགས་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཏེ་ནམ་རྒྱུན་དེ་ལྟར་ཕེད་སྤྱོད་བྱེད་
 གལ་ཆེ། རག་པང་བཞོ་སྐབས་ལ་ཐད་དུ་རིམ་པ་གཉིས་སུ་བཞོ་བ་དང་། ཐུར་དུ་རིམ་པ་གསུམ་དུ་
 བཞོ་བ་སོགས་རིགས་འདྲ་མིན་འདུག་ཀྱང་གཅི་ཆེ་བ་རིགས་འདི་གཉིས་ཕེད་སྤྱོད་བྱེད་པ་བྱུབ་ཆེ། རག་
 པང་གི་ངོས་སུ་ཡང་གལ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་འབྲེལ་འདི་ས་མིག་རེ་རེ་བཞིན་དགོས་པ་དང་། འདི་ནི་སློབ་
 མ་ཆོས་ཟིན་བྲིས་འབྲེལ་སྐབས་དགེ་ཕན་ཆེ། སྐབས་རེར་དགོ་ཆེན་གྱི་ངོས་ནས་གལ་ཆུང་བར་བཅིས་
 ཏེ་གལ་ཆུང་སའི་ངོས་སུ་བྲིས་ཀྱང་སློབ་མའི་ངོས་ནས་གལ་ཆེ་བ་རེ་ཡོད་ན་ངོས་པར་ཟིན་བྲིས་སུ་བཞོ་
 ཆོག་ དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་གོ་རིམ་གང་ཡང་མེད་པར་བྲིས་ཆེ་སློབ་མ་ཆོས་ཟིན་བྲིས་སུ་འགོད་མི་ཐུབ་
 པ་དང་ཡིག་ཆ་ད་སྐབས་སུ་ཡང་རག་པང་སྤྱང་བྲིས་ཟིན་པ་དང་། ཁ་ནས་བཤད་ཟིན་པའི་ཁྲོད་ནས་

ཀྱང་དྲི་བ་རེ་ཟུང་བཞག་ཆོ་ནམ་རྒྱུ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྐབས་དོ་སྣང་བྱེད་རྒྱུར་ཡན། རག་པང་ནག་སྤུབ་གཏོང་
དུས་ཀྱང་སྒྲིབ་མ་ཆོར་འདྲི་དགོས་པ་ལས་གང་དྲན་བྱུང་བྱུང་པ་སྤུབ་ཆོ་སྒྲིབ་མ་ཆོས་ཟེན་བྲིས་སྤུ་འཕོད་
དཀའ། ཡིག་གཟུགས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ནས་གཟབ་དགོས་པའི་གནད་ཀྱི་ཞིག་སྟེ་དགོ་ཆན་གྱི་ཡིག་གཟུགས་
ཀྱང་འདྲ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་སྒྲིབ་མ་ཆོར་གོ་མས་འགྲོ་བ་མ་ཟད། དགོ་ཆན་རང་གི་གོ་ན་པ་གྲིན་སྒྲངས་
དང་སྐྱེ་ཆ་བཤད་སྒྲངས་ཚུན་ལ་བདག་པོ་མ་བྱུང་བ་ར་ངན་པ་བྱུ་ཡན་དུ་བཏང་དག་ན། “དགོ་ཆན་
ངན་པའི་དགོ་སྤྱག་” ཅེས་པ་ལྟར་འགྱུར་ངེས་ཡིན།

(༡) དགོ་ཆན་ཆོར་ཡོགས་རིམ་ཆད་ལྟན་དང་ཆེ་མཐོང་སྔོན་དགོས་སྒྲིབ་།

དགོ་ཆན་གྱི་ལས་དོན་འདི་སྐབས་ཆེ་གང་ཞིག་ལ་དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་བྱ་གཞག་ཅིག་ཡིན་པ་འང་
ཀྱན་གྱིས་མ་ཁྱེན་རྒྱུ་ལྟར་རེད་མོད། འོན་ཀྱང་། སྤྱིར་བཏང་ཡོགས་ཆད་རིམ་པའི་སྟངས་སྤྱོད་ནས་བཤད་ན་
དགོ་ཆན་གྱི་ཡོགས་རིམ་ཡང་མ་ཐོ་གོས་སྤུ་འགྲོ་དགོས་ཀྱང་བཅན་བྱོལ་བའི་གནས་བབ་གཅོར་བྱས་འགྲོ་
ལྷགས་ཤིག་གིས་དེ་ལྟར་ཆགས་མ་བྱུབ་པའི་ཆོར་སྣང་འབྱུང་བཞིན་འདུག །གལ་ཏེ་དགོ་ཆན་གྱི་ཡོགས་
རིམ་ཇི་མཐོར་བཏང་སྟེ་དགོ་ཆན་ཆོར་སྤྱིར་བཏང་དཀའ་ངལ་ཚུང་རིགས་ཅན་སེལ་བྱུབ་ན་དགོ་ཆན་དེས་
སྒྲིབ་མ་སྔོང་བྱུ་ལས་ཕྱོགས་གཞན་གྱི་ལས་རིགས་འགའ་ཤས་མེད་པ་ཆགས་རྒྱུ་ཡིན་པས་སྒྲིབ་ཅིག་ཏུ་ཕྱོགས་
ཐུབ་པ་དང་། གཞུང་གིས་ངོས་ནས་ཀྱང་དགོ་ཆན་ཆོར་སྒྲངས་འཛིན་ནན་པོ་དང་བཅས་བྱས་ཤིས་ཆེ་རྒྱུ་
ལ་དཔག་པའི་ཡོགས་རིམ་ཆེ་སྔར་དང་ལས་གནས་གོང་སྔར་བྱེད་བྱུབ་ན་འང་འབྲས་བུ་ངེས་ཅན་ཞིག་འབྱུང་རྒྱུ་
གདོན་མི་ཟ། སྤྱིར་བཏང་སྒྲིབ་ཟེན་ལྟར་བཅན་བྱོལ་བ་མང་ཆེ་བས་ཆད་བཞུལ་རང་བཞིན་གྱིས་དཔལ་
འབྱོར་འཛོལ་སྒྲིབ་ལ་འབད་ལུས་ཀྱང་། དགོ་ཆན་གང་མང་ཞིག་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གདེང་འཛིན་དང་ཡོགས་
རིམ་ཡང་ཆད་ལྟན་མེད་སྟབས། སེམས་ལྷགས་ཆག་བཞིན་པའི་སྣང་རྒྱུ་ལ་ཡང་རིམ་ཅན་དུ་བྱུང་རྒྱུ་དང་བས་
འདི་དག་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲུང་བྱའི་ཁྲོད་གདེང་སྟངས་འཛིན་ཆད་ལྟན་བྱེད་དགོས་ངེས་ན་ཀྱན་གྱིས་ཞིབ་དཔྱད་དང་

ལག་ལེན་བྱེད་ཀྱི་འདྲ་བ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་བྱིངས་ནས་ཀྱང་དག་ཆེན་ཆོ་རུང་མི་རིགས་ཀྱི་བྱངས་བྱ་བཅོན་
སྤྱི་ཀྱི་མི་སྣ་གཤམ་ཆེན་ཡིན་པ་དོས་ཟེན་པར་བྱས་ཏེ་ཆེ་མཐོང་སྤྱོད་ཀྱི་འདྲ་བ་དང་ས་ཡང་ད་ཅང་མཐོང་། །

མཐུག་བསྐྱེད་པ།

རང་ཉིད་སྤྱི་ཚོགས་གང་ཞིག་ཏུ་འཛོལ་ཡོད་ན་སྤྱི་ཚོགས་དེའི་ཁྲོད་ནས་ཉམས་ཐྱོད་འབྱུང་མེད་པ་དུང་
དེས་པ་ལྟར། ཁོ་ཁོར་ཡང་ལོང་བ་ཅུ་གང་ས་ཞིག་ལ་འོང་བྱེད་ན་ཉམས་ནས་སྤྱོད་བྱ་འབྲེམས་པའི་གོ་སྐབས་
བྱུང་དོན་ལྟར་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོད་གཞི་མཐོར་བཞེས་ཀྱིས་བྱེད་ཐུབ་མེད་ཀྱང་། ཉམས་ཐྱོད་ཅུང་ཟད་ཐོབ་ཡོད་
པས་ད་ཐེངས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་འདི་ཙམ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། གནན་ཡང་འདི་ཕྱོགས་སུ་སྤྱོད་གསེའི་
ཅ་འཛིན་གྱི་སྒྲུབ་ལ་ཆོད་ཚུམ་འབྲེམ་ཁན་ཞིག་ཏུ་དཀོན་པས་བྱེད་མེད་སར་བོང་བྱས་ན་མཚོན་ལྟར་བསམ་
ཚུལ་ཕྱོགས་རེ་བ་འདི་ཉིད་རང་འདི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་སེམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། འདིས་སྤོང་བྱིང་
བྱེད་ཀྱངས་ཡོད་ཆོད་མཚོན་ནས་པ་དང་ཀྱུན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུལ་པོ་ཞིག་ཡོད་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ད་ཅང་ན། འོན་
ཀྱང་། སྤྱོད་ཐུན་ན་དྲིལ། ཞེས་པ་ལྟར་ཉམས་ཐྱོད་དང་ལྷག་བསམ་གཉིས་ལྟན་གྱི་སྤྱོད་ཐོགས་པ་ཆོས་
འདིའི་ཕྱོགས་སུ་མཚན་བསམ་ནན་བཞེས་ཀྱིས་སྤྱོད་མར་རང་ཅག་གི་སྤོང་གསེའི་འཛིན་སྤྱོད་དམ་ཟབ་དང་
གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་ཁག་གི་ཆུ་ཆེན་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་ཆོད་སྤྱོད་ཀྱི་འདི་ཕྱོགས་སུ་འཕྲུགས་ཀྱི་མི་བཞེད་
པར་བྱེད་ཀྱུད་དང་། འདིའི་ཁྲོད་གང་ཟག་སྤྱོད་ལ་ཕྱོགས་ཕྱག་འགྲོ་གཞི་མེད་ཁུལ་ཡང་། རྒྱུག་པ་པོ་རེ་བྱུང་
ལ་ཅུང་ཟད་ཕྱོགས་ཐོང་ནས་གང་མས་ངག་གི་མཚོག་མཚོང་ཐོག་ཏུ་ཕྱོགས་པ་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟར་དེ་ནི་ཚུམ་ཡིག་
འདིའི་བྱེད་ཆོས་དང་འབྲས་བུར་བཞག་ཆོག་པས་དགོངས་འགལ་མེད་པར་བྱ་ཀྱུད་དང་། རང་ཚོངས་བཅོས་
བསྐྱེད་གྱིས་འོད་ཀྱི་ལ་ཁབ་ཆེན་པོ་མཁུན་བསྐྱོད་ཀྱི་ལམ་ཁར་འདྲེད་ཀྱི་འདི་ཕྱོགས་ལ་བཅོན་ཀྱི་ཡང་བསྐྱེད་
ཁ་ནས་ཤོར་བའི་ཆེས་མཐར་ཐུག་གི་རེ་བའོ། །

བསོད་ནམས་དོན་། ད་ལྟོ་མོར་སྤྱོད་མཐོང་སྤྱོད་གཉིས་གནང་བཞིན་ཡོད།

༡༡། །ལེ་ཐོ་ལྷ་སྒྲུང་ས་རྒྱས་པ་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་ བཞུགས་སོ། །

ཨེ་པ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།

དང་པོ། སྦྱོང་།

༡༡། །ན་མོ་བྲི་ཀླ་ལ་ཙྰ་ཡ། དེ་ལ་འདིར་ཐོག་མར་ཡུལ་གངས་ཅན་རྫོང་ས་ཀྱི་ཐུན་མོང་
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིས་རིག་གི་དེ་སྦྱོང་གསལ་བ་རྣམས་ཤིག་སྦྱང་བར་བྱ་བ་ལ།

སྦྱིར་འཇམ་སྦྱང་ཆེན་པོའི་གནས་སུ་དར་བའི་ཕྱིས་རིག་པ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་འདི་ཀུན་རང་རང་
ས་སྟེང་དུ་འཆོ་བའི་འགོ་བཅིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་བྱུང་འཁོར་ཡུག་དང་ལྷན་དུ་ཙྰ་ལ་སྦྱབ་བྱས་པའི་བརྒྱད་
རེ་མ་ནང་མྱོང་བ་གསོག་འཇོག་གིས་དར་འཕེལ་རྒྱས་སྦྱོས་སུ་སོང་བ་ཞིག་ཡིན་མོད། དེ་བྱག་པོད་ཀྱི་ཕྱིས་
རིག་པ་ནི་ཕྱི་རྣོད་འཇིག་རྟེན་གྱི་གོ་ལ་འདིའི་རྟེང་ལུས་རྟེན་འཆོ་བའི་སྤྲུལ་མེད་པོད་མའི་རིགས་ཀྱིས་གནམ་ས་
གཉིས་པོའི་རྟེན་འབྲེལ་བརྟག་ཚུལ་རིག་པའི་མྱོང་བ་མང་གཞིར་བྱས་པའི་རྟེང་། འཕགས་ཡུལ་དང་ཙྰ་ན་
གཙོར་གྱུར་ཕྱི་ནང་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་ཕྱིས་རིག་པའི་ཉིང་བརྒྱད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེལ་བའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་

ཅེས་རིག་པ་ཁྱད་འཕགས་ཅན་ཞིག་ཡིན། བོད་ཀྱི་ཅེས་རིག་པ་འི་ནམ་དུ་བྱེད་དང་དེ་དག་སོ་སོའི་དོན་གནད་གསལ་ལྟོགས་ཐུབ་པའི་ཐོག་ཅེས་རིག་པ་འི་འབྲུང་ཚུལ་རྒྱུད་རིམ་ཇི་ཡིན་མཛོད་པ་ལྟུང་མཁུན་ཐུབ་ན་གཞི་ནས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་སྐོར་དེ་སྤྱོད་གསལ་ཙམ་ཐུབ་པེས། དེ་ན་འདིར་ནམ་དུ་བྱེད་འབྲུང་ཚུལ་གྱི་འཆད་དོན་གཉིས་གཞི་རྩར་བྱས་པའི་ཐོག་བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་དེ་སྤྱོད་གསལ་པ་ལྟུང་མཁུན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན།

• བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་ནམ་དུ་བྱེད་ཞེས་པ་ཅེས་རིག་པ་འི་ནམ་གྲངས་ཀྱི་དུཌ་བ་ཙམ་ལ་གོ་ན་ཆོག་ཅིང་། དེ་ཡང་གོང་དུ་བཤེད་པ་ལྟར་བོད་ཀྱི་ཅེས་རིག་པ་འདི་ནི་ཅེས་རིག་པ་པལ་གྱི་བརྒྱུད་པ་ལྟུང་མཁུན་པའི་སྤྱིར་བོལ་ཅིག་ཡིན་སྟབས་དེ་ནང་ཅེས་རིག་མེ་འབྲུ་བའི་སྤྱིར་ཅིག་སྒྲངས་ཡོད་པ་སྟོན་ཅིང་གོས། རྒྱུ་དུང་ཆོས་བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་རྩ་བའི་དུཌ་གཞི་འཆད་པའི་སྟབས་སྤྱི་མོའི་བོད་ཅེས་རིག་པ་དང་། ནག་ཅེས་རིག་པ། དཀར་ཅེས་རིག་པ་ཞེས་པའི་དུཌ་བ་གསུམ་དུ་ཕྱེ་བ་ཡིན། ད་ལྟོ་བོད་ཅེས་རིག་པ་ཞེ་རིག་པ་འདི་གསུམ་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་ཅེས་རིག་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན་སྟབས་རིག་པ་འདི་དག་སོ་སོའི་དུཌ་བ་ལ་བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་ནམ་དུ་བྱེད་ཞེས་སྒྲུང་པོས།

༡.༡ སྤྱི་མོའི་བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་ནམ་དུཌ་བ།

(ས་བཅད་འདིའི་བརྟན་དོན་ནི་དུས་དེ་བ་སྟོན་མའི་ནང་བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་དེ་སྤྱོད་གསལ་པ་ལྟུང་མཁུན་གོད་ཡོད་པ་དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་སྟབས་འདིར་བཀོད་མེད།)

གཉིས་པ། བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་བྱུང་བ།

བོད་ཅེས་རིག་པ་འི་བྱུང་བ་ཞེས་པ། དཀར་ནག་དབྱངས་གསུམ་གྱི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་ཐུན་མོང་ས་མ་ཡིན་པའི་བོད་ཅེས་རིག་པ་འདི་བཞིན་བོད་མིའི་སྤྱི་ཆོག་ས་སུ་ཇི་ལྟར་དར་བྱུང་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བའི་ཅེས་རིག་པ་འི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ཞིག་ལ་བཤེད་པ་ཡིན། གོང་

དུ་བོད་ཅིས་རིག་པའི་ནམ་དབྱེ་ཇི་ལྟར་དོ་སྤྲོད་ཁྱེས་པ་ལྟར་རིག་པ་འདིའི་འབྲུང་ཚུལ་ལའང་།
སྤྱི་མོའི་བོད་ཅིས་རིག་པའི་བྱང་བ་དང་ནག་ཅིས་རིག་པའི་བྱང་བ། དཀར་ཅིས་རིག་པ་དང་
དབྱངས་འཆར་ཅིས་རིག་གི་བྱང་བ་བཅས་རིམ་པར་སྐྱོང་བ་ལ།

༡.༡ སྤྱི་མོའི་བོད་ཅིས་རིག་པའི་བྱང་བ། དེ་ཡང་ད་ལྟའི་བོད་ཅིས་རིག་པའི་
མང་གཞི་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་ཉོན་ལྷོད་ཀྱི་བྱས་པ་བརྒྱད་སྤྱི་མོའི་བོད་ཅིས་རིག་པ་ནི་བོད་
དུ་འགོ་བཙའི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་མར་ཆགས་པ་ནས་བཟུང་དེ་དག་སོ་སོས་རང་རང་གི་འཆོ་ཐབས་
ཆེད་ཕྱི་སྤྲོད་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཡུག་དང་མཉམ་གཤིབས་ཚོལ་སྒྲུབ་བྱས་པའི་ཉེན་དང་ཉེན་འབྲུང་
གི་དུས་རིམ་ནང་དར་བ་ཞིག་ཡིན་པས། རིག་པ་འདི་ཉིད་ཐོག་མར་དར་བའི་དུས་འགོ་འང་
བོད་དུ་མིའི་ཚོ་ཁག་ནམ་ཆགས་པ་དེ་ནས་འཛིན་ན་ཆོག །བོད་ཀྱི་སྤྲིད་པ་ཆགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་
ཀྱི་ཡིག་ཆ་པལ་མོ་ཆེའི་ནང་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་གསུམ་བཞི་ལྷག་གི་སྟོན་ནས་འགོ་བཙའི་དང་མིའི་
ཚོ་ཁག་ཆགས་ཡོད་པར་གསུངས་ལ། རང་ལུགས་ཕྱག་པའི་བཞེད་པ་ལྟར་གྱི་བོད་ཀྱི་ཐོག་མའི་
རྒྱལ་པོ་གཉའ་བྲི་བཅན་པོ་(ཡེ་སྟེན་ ༡༡༥ ལ་འཁུངས།) བོན་དུས་ལ་དཔགས་ན་འང་ཉུང་
མཐར་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་གསུམ་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་ཡོད་པ་ཉོན་ལྷོད་ཀྱི་སྤྱི་མོའི་
མིའི་ཚོ་ཁག་བྱང་བ་དང་མི་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་རང་ཉིད་གཏན་སྟོང་བྱ་སའི་ས་དང་ས་འདིར་འཁོར་
བའི་ནམ་མཁའི་གཟའ་སྐར་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་གཉིས་རང་རང་གི་འཆོ་བ་དངོས་དང་འབྲེལ་བ་
ཇི་ལྟར་ཡོད་པའི་ཤེས་ཉོན་ཐོག་མར་བྱང་བར་མ་ཟད། ཡན་ཚུན་ཉེན་ལྟོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེའི་
ནང་རིམ་པས་སའི་དུས་ཀྱི་འཕྲོ་གྱུར་དང་མཁའི་གཟའ་སྐར་གྱི་འཁོར་བཤོད་བར་འབྲེལ་བ་ངེས་
གཏན་ཞིག་ཡོད་པའི་ངོས་འཛིན་བྱུང། དེ་ཡང་ཉིན་རེའི་འཆོ་བ་དངོས་ཀྱི་ཚྱུང་བའི་ནང་། ལྷང་
བ་དང་ལུན་པ་སྟེ་ཉིན་དང་མཆོན་མའི་འཁོར་གྱངས་དང་། དངོས་པོའི་ཁ་གྱངས། རང་གི་

མི་གངས་མི་པ་སོགས་འཆོ་གནས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྐབས་བདེའི་གངས་མི་ས་
 གྱི་རིག་པ་སྟེ་གངས་མི་ས་རིག་པ་ཞེས་པ་ཐོག་མར་དར་འཕེལ་བྱུང་བར་རྟོགས་ཀྱིས། གནས་
 སའི་འཕོ་འགྱུར་ནི་འབྱུང་བས་བྱུང་པའི་ཕྱི་སྟོན་གྱི་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར། མི་ཤིང་སྟེ་དངོས་སོགས་
 དང་། བྱ་རིགས་གཅན་གཟན། རི་དྲགས་སོགས་ནང་བཅུད་གྱི་དངོས་པོའི་སྐར་ཚུལ་ཡོད་
 དོཅོག་གི་འཕོ་འགྱུར་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་བརྟུན་པ་ཡིན་པས། མིའི་རིགས་ཀྱིས་གནས་སའི་བྱ་དངོས་
 དེ་རིགས་དང་རང་ཉིད་གྱི་འཆོ་བའི་བར་གྱི་ཉིན་འབྱུང་གྱི་འབྲེལ་བར་གོམས་འདྲིས་དང་ཤེས་
 རྟོགས་བྱུང་བའི་རྒྱུད་རིམ་ནང་ཐོག་མའི་བརྟག་ཐབས་རིག་པ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་དར་འཕེལ་བྱུང་
 ཡོད་པའང་། རྟེན་ནམ་མཁའི་རྒྱ་སྐར་ངོས་འཛིན་གྱིས་དེ་དང་དེའི་འཆར་རྒྱབ་གྱི་དུས་ལ་བརྟག་
 རྟེན་རི་དྲགས་ངོན་པ་དང་། ཉ་འཛིན་པ། འོག་ས་རྟེན་གི་བྱ་གཅན་རི་དྲགས་སོགས་གྱི་འཆོ་
 བའི་སྟོན་ཚུལ་ལ་བརྟག་རྟེན་ཕྱིའི་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ངོས་འཛིན་དང་དེ་རྟེན་གནས་སའི་བྱ་དངོས་
 ལ་བརྟག་རྟེན་གངས་ཆར་རྒྱུད་ཚུབ་དང་། རྟོ་གང་སོགས་ས་འདིར་འཁོར་བའི་དུས་ཀྱི་བྱ་དངོས་
 ལ་བརྟག་དབྱུང་བྱ་བའི་རིག་པ་ཐོག་མ་དེ་དར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་རྟོགས་ཀྱིས།

དེ་ཡང་། ཡེ་ལྷན་ ༡༣༥ ལོར་ཡུལ་ཡར་བྱུང་ཁྱལ་དུ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོག་མ་གཉེས་
 ཁྲི་བཅན་པོ་ཕྱོན་པ་དང་། དེ་སྐབས་བོད་མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་དགུང་མ་ཁའི་
 ཉི་མཱ་གཟུང་སྐར་ལ་བརྟག་དཔུང་གྱི་དཔེ་རིག་པ་སྤར་ལས་དར་རྒྱས་བྱུང་བ་མ་ཟད། ཁངས་
 ཚེས་རིག་པའི་སྤང་གཞིའི་ཐོག་དངོས་རིགས་བརྗེ་ལེན་ཉི་ཆོང་བྱ་བའི་དཔལ་འབྱོར་ཚེས་རིག་
 ཀྱང་དར་འཕེལ་ཅི་ཆེ་བྱུང་ཡོད། ལྷག་པར་འདི་ནས་ཚེས་པའི་ཁྲི་རབས་བརྒྱད་པ་གི་གུམ་བཅན་
 པོའི་སྐབས་སྤྱིའི་གཟུང་སྐར་གྱི་འབྱུར་བར་ཆེད་གཉེར་བརྟག་དཔུང་མཁན་གྱི་རིགས་གཅིག་
 སྐར་དཔུང་མཁན་ཡང་ཡོད་པར་གྲགས། ཏུས་འདི་ཙམ་ན་རྒྱ་སྐར་ཉི་ཤུ་ཅ་བདུན་ལས་གང་
 འཆ་མས་ཤིག་གི་སྐར་དཔུང་པོས་འཛིན་རགས་ཚེས་ཤིག་བྱུང་བེན་པར་སྤང་། ཡེ་ལྷན་ ༡༧༠

ཅམ་ལ། བོད་ཆེ་ཕུ་དེ་གུང་ཁྱུ་ཕྱོན་པ་དང་། ཁྱི་རབས་འདིའི་རིང་རྫོན་རུ་ལས་སྦྱོས་བྱ་
བས་ཁིང་འབྲོག་ལས་རིགས་དང་། བཟོ་རིགས་འདྲུགས་སྐྱུན་གྱི་ལས་ཀྱི་སྤེལ་བས་དཔལ་འབྱོར་
ཅིས་རིག་ཐད་ཡར་ཁྱུས་བྱུང་བ་སྒྲོས་མེད་ཁར། དེ་ཆེ་ཆོ་ཁ་ཡར་ཁྱུང་ཁུལ་དུ་ངག་ཁྱུན་ལ་
ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཅིས་མཁན་ནན་མོ་བལ་མོ་ཁེས་པ་བྱུང་བར་གྲགས། ཅིས་མཁན་བལ་མོས་
གསར་རྟེན་བྱུང་བའི་“ཟླ་ཅིས་”ཁེས་པའི་ནང་ཟླ་བའི་དཀར་ནག་གི་ཆ་གསལ་འཕེལ་གྱི་བ་དང་། ཉི་
ཟླའི་ཆོ་བྱང་གི་བཟོད་པ་བཙུ་ཚུལ་གསལ་ཡོད་པར་མ་ཟད། དེ་ལ་སྒྲོས་ཏེ་ས་ལ་དུས་ཀྱི་འཕྲོ་བ་དང་
རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གི་འགྱུར་བ་ཇི་ལྟར་འགོ་ཚུལ་གྱི་བརྟག་ཐབས་རིག་པ་འང་གསལ་ཡོད།

གངས་ཅིས་དང་བརྟག་ཐབས་རིག་པས་མང་གཞི་བྱས་པའི་བོད་ཀྱི་ཅིས་རིག་གི་འཕེལ་
རིམ་འདི་བཞིན་མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་བྱ་དངོས་ལ་རྟོག་ཞིབ་ཤེས་རྟོགས་
བྱ་རྒྱའི་ནམ་རིག་དང་འབྲེལ་བ་གཏིང་ཟབ་ཡོད་སྐབས། ཇི་ལྟར་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་སྤང་བ་སྤང་
ཚུལ་ལ་ཁྱུས་མངའ་དང་དཔུང་པ་བྱ་བའི་མིའི་རིགས་ཀྱི་ནམ་དཔུང་ཇི་ཆེར་སོང་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་
ཅིས་རིག་པའི་དཔུང་པ་གཏིང་ཇི་ཟབ་དུ་འགྱུར་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཉིན་གངས་
དང་། དངོས་པོ་སོ་སོའི་ཁ་གངས་བཙུ་བ་ནས་བཟུང་རིམ་པར་ཟླ་བ་དང་ལོ་དུས་བཙུ་བའི་རིག་
པ་བར་འཕེལ་ཁྱུས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ལ། ཟླ་བའི་དཀར་ནག་གི་འཕེལ་གྱི་བ་དང་། ཉི་མའི་
ཆོ་བྱང་གི་བཟོད་པ། ནམ་མཁའི་རྒྱ་སྐར་གྱི་འཆར་རྒྱུ་བཙུ་བ་ནས་རིམ་པར་དེ་འབྲེལ་དུས་
ཀྱི་འཕྲོ་བ་བཙུ་བའི་བར་དར་ཁྱུས་བྱུང་ཁིང་། བོང་གསལ་ཅིས་རིག་གི་མང་གཞི་འདི་ཀུན་
བོད་དུ་ཡིག་རིགས་མ་བྱུང་བར་ཕ་ཆ་བྱ་བརྒྱུད་དུ་སྟན་ནས་སྟན་དུ་བརྒྱུད་བཞིན། ཁྱས་སྒྲོས་
སུ་སོང་བཞིག་ཡིན་པས་དུས་རིམ་འདི་ཉིད་ལ་སྤྲོ་མོའི་བོད་ཅིས་རིག་པ་བྱུང་བའི་དུས་རིམ་ཞིག་
ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་པ་འང་བོད་ཅིས་རིག་པའི་ལོ་ཁྱུས་འཕེལ་རིམ་གྱི་དུས་མཚམས་ཞིག་ཡིན།

༡.༡ ནག་ཅིས་རིག་པའི་བྱུང་བ་ནི། དེ་ཡང་སྤར་ཅིས་རིག་པའི་ནམ་དཔུང་འབྱེད་སྐབས་

ཐོབ་ཐང་ཞི་ཡིས་རང་ལོ་སོ་ལྷ་བྱི་ལོ་དང་པོའི་ཤིང་འབྲུག་ལོར་རྒྱུང་དང་པོས་སློལ་བཞོད་ཅིང་
དེ་རྗེས་རྒྱུང་གསུམ་པས་དར་རྒྱས་མཛད་པ་དེ་ཅིས་འགོ་ཤིང་བྱི་ནས་འཛིན་པའི་སློལ་དེ་ཤིང་
འབྲུག་ནས་འཛིན་པའི་སློལ་བཅུགས་ཤིང་ཤིན་ཏུ་དར་རྒྱས་གཏོང་བར་མཛད་པར་གྲགས་པ་
འདི་ནས་རིམ་གྱིས་བརྒྱད་པར་བཞེད།

ཐུན་མིན་ལུགས་ལྟར་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྷ་མཆོག་འང་མ་དཔལ་གཞིན་ལྟར་འགྱུར་
པས་ཡེ་ལྷོན་ ༡༣༥ ལོའི་ཤིང་བྱི་སྟེ་སྟེང་དང་པོ་མགོ་ལྷའི་ཉི་ལ་རྒྱ་ནག་རི་བོ་ཅེ་ལྟར་ལྷ་ཆངས་
པ་དང་། ལྷ་རྒྱལ་འཛིན་པོ། ལྷ་མོ་ནམ་རྒྱལ་མ། བུ་མ་ཟེ་སེར་རྒྱ་སོགས་ལྷ་མི་རྒྱ་ཡི་འཁོར་
ནམས་ལ་འབྲུང་བའི་ཅིས་ཀྱི་སྟོར་འགོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོངས་གསུངས་པར་གྲགས་པ་དེ་ལས་
རིམ་གྱིས་བརྒྱད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡང་དུས་ཅིས་ངོ་མཆར་ཉི་མ་ལས། ལྷ་རྒྱལ་ཆངས་
པ་གཏོང་བཞི་པ། ལྷ་རྒྱལ་དགའ་པོ་འཛིན་པོ་དང་། ལྷ་མོ་ནམ་རྒྱལ་བུ་མ་ཟེའི་རིགས། སེར་
རྒྱ་ལྟ་བུ་བཞི་ཞེས་དང་། ལྷ་གན་ལེ་ཤེས་མདའ་བོ་ཆེ། བསྐྱམ་པའི་ཀོང་ཅེ་འཕྲུལ་རྒྱལ་
དང་། ཇི་ཀོང་ཇི་ཀོང་ཕང་ཐེ་སོགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོག་མར་འཁོར་གྱི་གཙུག་པོ་
ཆངས་པ་གཏོང་བཞི་པར་རྒྱུད་ལུང་འབྲེལ་པ་མན་ངག་དང་། ཇི་ཀ་རྣམ་གསལ་མ་བུ་ལྟ་
ཏེ་མག་དང་རུ་མཆོན་འདབ་པ། ཉི་ལྷ་གཟའ་སྐར་ཇི་ལྟར་བཅེ་བའི་ཚུལ་བཅས་གསུངས་
པ་དང་། ལྷ་མོ་ནམ་རྒྱལ་མར་རུས་སྤལ་རང་འདྲའི་རྒྱུད་དང་གི་གོང་བག་མའི་ཅིས་གསུངས།
ལྷ་རྒྱལ་འཛིན་པོ་ལ་རུས་སྤལ་གྱི་གཏན་ཆོགས་རང་དཔྱད་སྟེས་གནས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་། ཉེན་ཅིང་
འབྲེལ་བའི་རྒྱུད་དང་དེའི་ཕྱི་མ་ལྷོན་ཤིང་ལོ་ཏྲིག་འཆོལ་དང་། ལྷས་བྲུང་གི་རྒྱུད། དུས་པ་
བཅས་རྒྱུངས་ལ་སོགས་པ་གསུངས། བུ་མ་ཟེ་སེར་རྒྱུར་འབྲུང་བ་མཆོན་དོན་བསྟན་པའི་མདོ་
དང་ཕྱི་མ་ཡི་གེའི་མདོ་འབྲེལ་པ། དེའི་ཕྱི་མ་མཆོན་གྱི་དོན་བསྟན་པའི་མདོ། ཁ་བསྐང་བྱེ་
བྲག་འབྲེད་པའི་རྒྱུད་སོགས་གཙུག་ལག་ཅིས་ཀྱི་བསྟོར་འགོ་མཐའ་ཡས་པ་ལྟ་བུ་སོ་སོར་ལེགས་

པར་བསྟན་ལ། དེ་ལས་མིའི་འཁོར་གྱི་ཐོག་མ་ཀོང་ཙེ་འཕུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ནི་ཕྱགས་སྤྱི་ཡེ་ཐོན་
 ༥༥༡ ལོར་འབྱུངས། འདིས་ཅིས་ཀྱི་སྟོན་པ་འངས་དཔལ་གཞིན་རྩུར་འགྱུར་པ་མངལ་བ་
 ཙམ་གྱི་དབྱུང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་སྟུང་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་རང་བཞིན་བབས་ཀྱི་ཐུགས་སྤྱུ་རྒྱུད་པར་
 གཤགས་ལ། འངས་དཔལ་ཐུགས་ཀྱི་རྒྱུད་སོགས་ཙུ་བའི་རྒྱུད་ལྗང་ཀོང་ཙེ་འཕུལ་རྒྱལ་ཉིད་
 ལ་བསྟན། དེ་རྗེས་རིམ་པར་རི་ཀོང་དང་། རི་མོང་ཤང་ཐེ་བཙས་འཕུལ་མི་གསུམ་དང་བདེ་
 བར་ལེན། ཉེ་བར་ལེན། ཀྱན་རྩུ་ལེན། ཡང་དག་ལེན་ཏེ་ལེན་པ་པོ་བཞི། དེའི་རྗེས་བྱང་
 སྤྱང་ཕུར་བུ་དང་། བྱང་སྤྱང་ལྷེ་ཕུར། བྱང་སྤྱང་ཕུར་ཏི། བྱང་སྤྱང་ཐོར་ཙོག་བཞི་སྟེ་འཆང་
 བ་པོ་བཞི་ལས་རིམ་པར་བརྒྱད་དེ་ཕྱིས་སློབ་དཔོན་དུ་ཏ་ར་ནག་པོ་དང་། པཎ་ཆེན་རུ་རྩུ་དམར་
 པོ། རྩེ་བ་ནག་པོ་སོགས་ལས་རིམ་པར་བརྒྱད། དེ་ཡང་གཙུག་ལག་འབྱུང་བའི་ཅིས་རྒྱུད་
 འདི་བཞིན་རང་ཙག་པོད་དུ་ཆོས་རྒྱལ་གནམ་རི་སྤྱང་བཙན་དུས་སྤེལ་བས་པར་གཤགས་ཀྱང་།
 དེ་ཆེ་བོད་བྱིངས་ཀྱིས་བཀོལ་ཐུབ་པའི་ཡི་གེ་མེད་པས་བསྟན་བཙོས་འདི་ཞེས་སྐྱེད་དུ་མེད། དེ་
 ན་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱང་བཙན་སྐབས་དངོས་སུ་དར་བ་ཡོངས་གཤགས་ལ་ཆོས་རྒྱལ་འདིའི་སྤྱི་རིང་ལ་
 བོད་ཀྱི་ལོ་ཙཱ་བ་ཐོག་མ་ཐོན་མི་སྟོན་པ་པོ་དེ་ཡིག་གསར་གཏོད་ཀྱིས་རྒྱ་དཀར་ཡུལ་ནས་ནང་
 ཆོས་ཐོག་མར་བོད་དུ་བསྐྱུར་བར་མ་ཟད་འདི་ཆེ་རྒྱ་ནག་ཡུལ་དུ་དར་བའི་དཀར་པོའི་ཆོས་དང་
 རྒྱལ་བའི་རྟེན་གཙོ་རྣམས་བོད་དུ་འབྱེན་པར་དམིགས་ཏེ་ཐང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་མོ་རྒྱ་བཟའ་ཀོང་
 རོ་ཁབ་རྩུ་བཞེས་པ་དང་རྩན་འབྱུང་བའི་ཅིས་རིག་རི་སྟེད་བོད་དུ་བསྐྱུར་བར་གཤགས་པ་འདི་ནི་
 ཅིས་རིག་པ་སྤྱེ་འགྱུར་ཐོག་མར་འདོད།

ཡེ་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་ནང་བོད་རྒྱལ་ཁྲི་རབས་སོ་བདུན་པ་ཆོས་རྒྱལ་མེས་ཨག་ཆོམ་
 ཀྱི་བཙུན་མོ་ལ་རྒྱ་བཟའ་ཨང་རྒྱུང་བཞེས་པའི་དུས། འབྱུང་བ་ལྷ་འགྱུར་དང་། སྤར་ཁའི་སེར་
 ཐོག་སྤྱེ་བ་དམར་ནག་སོགས་རྒྱུད་བདུན་ལེ་ལག་བཙས་པ་བོད་དུ་བསྐྱུར། ཡེ་ལོ་ ༥༡༠ བརྒྱད་

ཅུ་སྐར་དགུ་པའི་ཕྱིང་གསུམ་པའི་རྩལ་སྟེ་ལོར་ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤྱིང་ལྷོ་བཙན་ཤོན། ཁྲི་རབས་འདིའི་
སྤྱིར་ལ་གསང་བྱུང་རས་སྤྱེས་གཙུག་ན་དང་། ལེ་ཁྲི་མཁོན་སྤྱེས་པའི་ཤོད་ཀྱི་ལོ་ཉ་གཉིས་ཀྱི་
ནག་ཏུ་མངགས་ཏེ་ཆུའི་སྤྱིང་དཔོན་མཁས་པ་སེམས་བརྩེ་གདན་དྲངས། སྤྱིང་དཔོན་འདིས་ཤོད་
ཀྱིས་བཀྲ་བརྟག་པའི་དོན་དུ་ས་དབྱུད་ཀྱི་ཕྱིས་ཇི་སྟེད་གསུངས། དེ་རྗེས་ལང་ཆོ་སྤྱིང་ཡག་དང་
གཡུ་སྤྱེས་བཞེས་སོགས་ཤོད་ཀྱི་མཁས་པ་མི་བཞི་ཀྱི་ནག་ཏུ་ཀྱི་པའ་དར་ཆེན་ཐིག་ལེ་འཕྲོད་ཆོག་གདན་
དྲངས་སྤྱེས་མངགས། དེ་ཆོ་སྤྱིང་དཔོན་དར་ཆེན་དང་པའ་ཆེན་དུ་ཉར་ནག་པོས་གཙོས། མདྲ་
ཡུན་སུ་བྱ། མདྲ་རྒྱ་རྩ་དེ་བ། ལོ་ཙ་ལྷོ་ལྷོ་བྱོ། བེ་རྩེ་བཙན་པོ་གི་ལ་ཏ་མཁས་དང་། ཤོད་མཁས་
ཁམས་ཁྲ་དང་པོ། ལང་ཆོ་སྤྱིང་ཡག །གཡུ་སྤྱེས་བཞེས། ཁྲ་ཤོག་མཁན། ཀྱི་གཡུ་བཟའ་དང་
བཙས་པ་ཤོན་ཏེ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་གཙུག་ལག་པལ་མོ་ཆེ་ཤོད་དུ་བསྐྱར།

ཁྲ་དཔར་སྤྱིང་དཔོན་དུ་ཉར་ནག་པོས་འཕགས་པ་འཇམ་དབྱང་པལ་ལེལ་མངོན་སུམ་དུ་
གཟིགས་ལ་དྲང་སྤྱིང་གི་བཀའ་ལུང་ཟབ་མོ་མ་ལུས་ཐོབ། འདིས་ཕྱིས་གཞུང་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་
བསྐྱར། ཤོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་ས་བདག་གདུག་པ་ཙན་བདུལ། “རིན་ཆེན་གསལ་པའི་སྤྱོན་མེ”ཞེས་
བྱ་བའི་ཕྱིས་གཞུང་ཆེན་མོ་མཇོད་དེ་བམ་ཟེ་མ་ལུ་ཉིག་ཟུར་ཡུད་ཆུ་མ་དང་། གཡུ་ཤར། ལྷག་
ཆང་སོགས་མངོན་པར་ཤེས་པ་བཞི་ལ་གདམས་པ་དང་དེ་དག་གིས་ཀྱི་པའ་རྒྱ་དུ་དམར་པོ་དང་།
པའ་ཆེན་ལྷ་བ་ནག་པོ་གཉིས་ལ་གདམས། དེ་རྗེས་ཤོད་ཀྱི་ལོ་ཙ་ལ་ཁམ་ཁྲ་གཉིས་པས་ཤོད་
སྟེད་དུ་བསྐྱར། ཁམ་ཁྲ་འདིས་“ལང་འགྱུར་གསལ་པའི་སྤྱོན་མེ”ཞེས་པ་མཇོད་ལ་དེ་ལས་
སྤྱོས་པ་“གསལ་སྤྱོན་མན་ངག་བསྐྱེས་པ”དང་“ཅུ་བ་སྐབས་དོན་ལྡན་པ་གསལ་སྤྱོན་སྤྱེས་བཙན་
ལུགས”སོགས་མཇོད་དེ་འཕན་ཡུལ་རལ་སྟེ་ར་བརྟུ་དང་། ལ་ཙ་བ། ལྷོ་བྱག་པ་མར་པ་སྤྱུལ་
མགོ། མལ་ཟེ་སྟན་དང་། སེ་སྟོན་བྲི་པ། ལྷོས་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། ཀྱི་སྟོན་ཆོས་ཀྱི་རིན་ཆེན།
ཞང་བཙས་ལ་གདམས། “གསལ་སྤྱོན་མན་ངག་བསྐྱེས་པ”ཞེ་འཕན་ཡུལ་རལ་སྟེ་ར་བརྟུ་

རུ་མཚམས་ཤོངས་པ་སྟོན་ལམ་ལ་གནང་བ་ཀྱན་ལ་བྱུང་བར་སྒྲེལ་བར་གྲགས་པ་དང་། “གསལ་
སྟོན་སྤུས་བཅད་མེད་པའི་ཡང་དག་ལྷགས་” ཞེ་ཞང་ནས་སྟོབ་མ་མཁས་པའི་བྱ་མཆོག་བྱང་
ནག་གཤམ་དར་ལ་གསུངས་པ་དང་དེ་ནས་རིམ་པར་མི་ཉག་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་། རྒྱགས་
པ་ལྷན་གྲུབ་དཔལ་བོ་དང་དེ་ཡི་སྒྲ་མ་མཁས་གྲུབ་པ། མཁས་མཆོག་ཨུ་དེ་ཤ། རྒྱུངས་མེད་
སྟོ་གོས། སྤྱག་པ་དཔལ་མགོན་འཕྲིན་ལས། བདེ་ལེགས་གར་དབང་ཕུན་ཚོགས། རིགས་
འཛིན་གཞིན་ལྷ་གདོང་དུག །ཟུར་ཆེན་ཆོས་དབྱིངས་རང་གྲོལ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྟོ་
བཟང་རྒྱ་མཚོ་བཅས་དང་། ཡང་དཔལ་མགོན་འཕྲིན་ལས་ནས། སྤྱག་པ་དཔལ་གྱི་སང་གེ་
དང་། གཡུ་ལོ། གཉགས་བན་ན་ར་བ། དེ་ནས་ཟུར་ཆེན་ཆོས་དབྱིངས་རང་གྲོལ་དང་།
ཡང་ཨུ་དེ་ཤ་ནས་དུས་རམས་པ་དོན་གྲུབ་ཀྱན་དགའ། དགེ་བཅུན་བསོད་ནམས་ཆེ་འཛིན།
སྟོབ་དཔོན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ། ཆོས་རྗེ་ཕུན་ཚོགས་དགེ་དབང་། མཁས་གྲུབ་དཔལ་
གྱི་སང་གེ། ལྷུ་པོ་དོན་གྲུབ་དབང་རྒྱལ། འདར་ལོ་ངག་དབང་ཕུན་ཚོགས། རྩེ་སྤྲིང་སངས་
རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་སྤྱགས་ཅིས་རིག་བཟླན་འཛིན་སྟེས་བུ་ནམས་ལ་རིམ་པར་བརྒྱུད་པ་འདི་དག་ནི་
ནག་ཅིས་རིག་པ་བོད་དུ་རྩི་ལྟར་བྱོན་པའི་འབྲུང་རིམས་གནད་བརྩུས་ཡིན།

ནག་ཅིས་རིག་པ་བོད་དུ་དར་རྒྱས་བོད་ཀྱི་སྤྲེའི་ཅིས་རིག་དེ་བཞིན་འབྲུང་སྤྲེའི་ཅིས་
རིག་གི་དབྱུང་པའི་ལམ་ནས་དུས་དང་འཇིག་རྟེན་ཅི་བའི་རིག་པ་བསྟོན་མ་ཞིག་ཐོབ། ཡེ་ལོ་
༡༦༩ ལོར་སྤར་ཆོས་རྒྱལ་བྱི་སྟོང་སྐབས་རྒྱ་ནག་ཡུལ་དུ་སྟོབ་དཔོན་དར་ཆེན་ཐིག་ལེ་གདན་
འདྲེན་དུ་བྱོན་པའི་ལང་ཆོ་སྤྲང་ཡག་ཅས་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རིགས་ཆེ་མདོ་ཁམས་
སུ་ཆགས་པ་ལས་མི་བརྒྱུད་བཞི་པ་མི་ཉག་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་ཞེས་པ་མདོ་ཁམས་ནས་དབུས་
ཕྱོགས་སུ་བྱོན་པ་གཡོར་པོ་གཙང་གི་སྤྱག་པ་(ཨོ་དཀར་བྲག་སྤྱག) ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བཞུགས་
པས་སྤྱག་པ་ཞེས་པའི་མིང་ཡང་དེར་བརྟེན་ནས་བྱུང་བས་དེ་ནི་རང་ལྷགས་སྤྱག་པའི་བརྒྱུད་པ་

ཐོག་མ་ཡིན། མི་ཉག་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་གིས་ཁྱུང་ནག་གྲག་དར་ལས་གསལ་སྒྲོན་ལ་
སོགས་འབྱུང་བའི་ཕྱིས་ཀྱི་བརྟན་བཙུགས་ལ་མཁས་པར་བསྐྱབས་པར་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་རང་
བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་འཆམས་པའི་དུས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་གནམ་གཤིས་བཅས་ལ་བརྟག་དཔྱད་གིས་
བོད་ཀྱི་རྒྱ་མོའི་ཕྱིས་རིག་འདི་བཞིན་འབྱུང་བའི་ཕྱིས་རིག་དང་བྱུང་སྐྱོར་གྱིས་བཙི་བཅས་དུས་
གཟེར་མན་ངག་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ཕྱི་བརྒྱུད་འཛིན་པ་སྤྲུགས་པ་ལྷན་གྲུབ་དཔལ་བོ་སོགས་ལ་གནང་།

གསུམ་པ། དཀར་ཕྱིས་རིག་པའི་བྱུང་བ། དཀར་ཕྱིས་རིག་པ་ཞེས་པ་རྒྱ་དཀར་ནས་
དར་བའི་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཕྱིས་རིག་དང་དབྱངས་འཆར་ཕྱིས་རིག་གཉིས་ཡིན་ཏེ། དེ་
ལས་དང་པོ་དུས་འཁོར་ཕྱིས་རིག་ཇི་ལྟར་དར་བའི་བྱུང་རིམ་གནད་བསྟུས་སྒྲུང་བ་ལ། དེ་ཡང་
ས་པར་གྱིས་རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་གི་ནམ་གཞག་འཆད་པའི་སྐབས་ཕྱི་རོལ་རིག་ཤེད་ལུགས་ཀྱི་རིག་
པའི་གནས་བཙུགས་ལ་དཔེ་མངོན་དེ། ལྷན་ཕྱིས་རིག་པ་འདི་བཞིན་རིག་གནས་ཆུང་བའི་ཁོངས་
མངོན་པ་དེར་གཞི་བཙུགས་ནས་ཕྱི་རབས་པ་པལ་གྱིས་ཕྱིས་རིག་པ་འདི་ཉིད་རིག་པའི་གནས་ཆུང་
བའི་ནམ་གཞག་ལྷན་ཕྱིས་ཁོངས་བགྲངས་ཆུང་མངོན་བཞིན་འདུག་པ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། ས་པར་གྱིས་
མངོན་པ་ནི་ཕྱི་རོལ་པའི་སྐར་དབྱེད་བརྟག་པའི་ཕྱིས་དང་གྲངས་ཙམ་ཕྱི་བའི་རིག་པ་ཙམ་ལས། དཔལ་
དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་གཞུང་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིས་རིག་དང་ལྷག་པར་ཐུན་མིན་བོད་ཀྱི་ཀྲན་ཁྱབ་
ཉེན་འབྱུང་ཕྱིས་རིག་ལ་དེ་བས་ཁྱབ་ཏུ་མེད། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་ནང་དོན་རིག་པ་གནད་
ཆེ་ཞིག་ལྟེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུངས་པའི་ཆོས་རྣམས་མདོ་སྤྲུགས་གཉིས་སུ་དཔྱད་བཤམས་སྤྲུགས་ལའང་
རྒྱུད་སྤེལ་བཞི་སྟེ། བྱ་རྒྱུད། སྤྱོད་རྒྱུད། ལྷལ་འཕྱོར་རྒྱུད། ལྷལ་འཕྱོར་སྒྲ་མེད་རྒྱུད་ཅེས་ཡོངས་
སུ་གྲགས་པ་ལས་སྒྲ་མེད་རྒྱུད་དེར། ཐབས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་། ཤེས་རབ་རྒྱུད། གཉིས་སྤྱེད་པའི་
རྒྱུད་གསུམ་ལས་གཉིས་སྤྱེད་པའི་རྒྱུད་ཉིད་ཡིན། རྒྱུད་འདི་ལས་ཕྱུངས་པའི་ཕྱིས་རིག་པ་ནི་རྒྱུད་
ཀྱི་ལེའུ་ཀྲན་དང་འབྲེལ་བས་ན། ཕྱིས་རིག་པ་འདི་བཞིན་ནང་དོན་རིག་པའི་ཁོངས་སུ་འདུ་བ་སྒྲོན་

མེད་ཡིན། དེ་ལ་དུས་འཁོར་ཅིས་རིག་གི་གཞུང་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཇི་ལྟར་དར་དང་བརྒྱན་
 པའི་རིམ་པ་ལས་དང་པོ་ཆོས་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ནི་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལྟ་བུ་པ་ཡིན་ཏེ། ལོ་རྒྱུས་
 ཡོངས་གྲགས་སུ་སྒྲིམ་པ་བྱ་བ་ལས་འདེམ་པ་ཡེ་སྟོན་ ༡༡༡ རྒྱལ་ས་འབྲུག་ནག་པའི་ཉར་སྟོ་
 རྒྱལ་ས་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྲུངས་སུ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་ཤམ་གྱི་ལའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་བ་བཟང་པོས་གཙོས་
 རྒྱལ་པོ་ལྷ་བ་བཟང་པོས་ཅུ་དྲུག་གི་རྒྱལ་པོ་ནམས་ཀྱིས་ཁྱེས་ཏེ་གསུངས། རྒྱུད་གསུངས་པའི་སྤྱི་ལོར་
 ཆོས་རྒྱལ་ལྷ་བ་བཟང་པོས་ཅུ་པའི་རྒྱུད་སྟོང་པ་ལྷན་བཅུ་གཉིས་མཛད་དེ་ཤམ་གྱི་ལའི་རྒྱལ་བརྒྱུད་ཕྱི་
 མ་སྤྲས་སྟོན་དབང་ལ་གདམས་པ་དང་དེ་ནས་རིམ་པར་ཆོས་རྒྱལ་བདུན་དང་རིགས་ལྡན་ཐོག་མ་འཇམ་
 དཔལ་གྲགས་པ་བར་བརྒྱན་ལ་རིགས་ལྡན་འདིས་ཅུ་པའི་རྒྱུད་ལས་བརྒྱས་པའི་རྒྱུད་སྟོང་པ་ལྷན་བཅུ་
 གཉིས་ད་ལྟར་ཆོའི་མིག་ལམ་དུ་མཛུགས་སྤྲོད་པའི་བརྒྱུད་བརྒྱུར་པོད་ཐ་པར་བཞགས་པ་འདི་མཛད་
 དེ་རིམ་པར་རིགས་ལྡན་ཉར་གཅིག་པ་མ་འགག་པའི་བར་བརྒྱུད།

དེ་ལྟའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱུད་འདི་ཉིད་སྟོན་འདིར་ཐོག་མར་ཇི་ལྟར་དར་ཞེས། ཡོངས་སུ་
 གྲགས་པ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་མེ་ལོས་(ལེ་ལོ་ ༡༠༣༧) ལོར་དུས་འཁོར་འཕགས་པོད་དུ་དུས་མཉམ་པར་
 དར་བའི་བཞེད་པ་ལྟར་ན། ཤམ་གྱི་ལའི་བྱིར་བས་འཛིན་པ་རིགས་ལྡན་རྒྱལ་དགའི་བྱི་ལོ་རྒྱུས་པ་རིགས་
 ལྡན་ཉིམ་གསེར་བྱིར་མ་ཕེབས་པའི་དུས་ཅམ་ན། རྒྱལ་རྒྱུ་པ་ཆེ་ཏེ་བྱུང་སེམས་ཅི་ལུ་པ་དང་དུས་འབྲས་
 པ་སོགས་ཀྱིས་ཤམ་གྱི་ལའི་རིགས་ལྡན་ལས་གསན་པ་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་བྱི་རྒྱུ་པའི་པོད་ཟེར་དང་། རྟོགས་
 རབ། ཁ་ཆེ་པ་ཆེ་ཆེ་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱུར་ཏེ་འཆད་ཉན་སྤྱབ་པའི་སྟོན་པ་དུས་འཁོར་གྱི་བརྒྱུད་པ་རིན་
 པོ་ཆེ་དེ་ཅག་པ་པོ་ལྟོང་ས་སུ་སྤྲེལ་བ་ལས་རིམ་པར་དར། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་འཆད་ཉན་གྱི་བརྒྱུད་
 པ་པོད་དུ་དར་བནས་པ་བཟུང་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཅིས་རིག་འདིས་སྤྲོད་པོད་ཅིས་རིག་པ་དང་ནག་ཅིས་རིག་
 པ་བཟུང་དུ་འབྲུག་པའི་པོད་ཅིས་རིག་པ་ལ་བརྒྱབ་དེན་ལུང་རིག་ཆད་ཐུབ་ཞིག་གྲུབ་པར་བཞེན། པོད་ཅིས་
 རིག་པ་འདི་བཞིན་ལག་ལེན་ཆ་ཆད་རང་རྒྱ་འཕེར་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

ས་བཅད་གཉིས་པ། ལེའུ་ཐོའི་མཆན་ཉིད་དང་། རྣམ་དབྱེ་བཤད་པ།

དང་པོ། ལེའུ་ཐོའི་མཆན་ཉིད།

ལེའུ་ཐོ་ཞེས་པ་རྩིས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ནང་ཡོངས་ཁྲབ་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཐ་སྟད་
ཅིག་ཡིན། དེ་ཉིད་སྤྱི་ཏའི་སྐད་དུ་རྒྱ་དང་ལི་བུ་ཞེས་འབོད་པ་ལས་ཐུ་མ་ལི་བུ་ཟུར་ཆག་
པ་བོད་སྐད་དུ་བསྟར་ན་དུས་ཆོགས་ཞེས་གོ་བ་ཡིན་ལ་དེང་ཡོངས་གྲགས་ལོ་ཐོ་ཞེས་བརྗོད་པ་འང་
ལེའུ་ཐོ་ཞེས་པའི་སྒྲ་ཟུར་ཆག་པ་ལས་བྱུང་། ཡང་དོན་འགྲེལ་དུ། དུས་ཆོགས་ཞེས་པ་ལོ་
ཟླའི་འཁོར་ལོ་ཞེས་པར་གོ་བས། ལེའུ་ཐོ་འམ་ལོ་ཐོ་ཞེས་པ་འང་ལོ་ཟླའི་འཁོར་ལོར་གོ་ན་ཆོག་
།སྤྱིར་རྟེན་འབྲེལ་རྩིས་རིག་པའི་ལམ་ལས་བསྟན་པའི་ལོ་རེའི་བཟང་ངན་སྒྲུང་དོར་གང་ཡང་
ཟེན་ཐོར་བཀོད་པ་ལེའུ་ཐོ་འམ་ལོ་ཐོའི་མཆན་ཉིད་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་ན་ཆོག་ཅིང་། གྲེ་བྲག་
ལེའུ་ཐོ་རྒྱས་པའི་མཆན་ཉིད་ནི། མ་ཁའི་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་གྱི་འཁོར་བཤོད་བཅི་བ་གཙོར་བསྟན་
ནས། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཐུ་ཡུལ་གནམ་གཤིས་ཆ་གང་གི་བྱུང་ཆོས་དང་། ཅི་གིང་སྤྱེད་ངོས་
སོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཕེལ། བྱ་དང་རི་དྲགས་སོགས་སྟོག་ཆགས་རིགས་ཀྱི་འཆར་ལོངས་དང་ཚུ་ལ་
སྤྱོད། གང་ཟག་གི་ཕྱང་པོའི་བདེ་སྤྱུག་སོགས་དུས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར། མ་འོངས་འབྲས་བུའི་རྟེན་
འབྲེལ་འཆར་ཚུ་ལ་གྱི་དོན་གནད་སྒྲུང་དོར་འབྲེད་པའི་རིམ་པ་ཕྱག་ཐོར་(ཟེན་ཐོར་)བཀོད་པ་
ཞིག་ཡིན། འདིའི་ནང་ལོ་རེའི་གནམ་གཤིས་དང་ས་བཅད་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་། དུས་བཞིའི་
འཕོ་འགྱུར། ས་ཞིང་འདེབས་ལས། གཞན་ཡང་གང་ཟག་གི་བར་ཆད་སོགས་འཛིག་རྟེན་
པའི་འཆོ་བ་སྤྱི་ལ་བའི་དུས་རིམ་ནང་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་སྒྲུང་དོར་བསྟན་ཡོད།

གཉིས་པ། ལེའུ་ཐོ་འུ་རྒྱུ་དཔྱེ།

ཅིས་རིག་པའི་རྒྱུ་དཔྱེ་ལ་སྒྲིག་ཏེ། དཀར་ཅིས་དང་། རྒྱ་ཅིས། དཀར་ནག་དབངས་གསུམ་
 ཟུང་དུ་འདུག་པའི་ལེའུ་ཐོ་ཞེས་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་འདོན་སྤྲོད་ཡོད་ལ། འདྲུང་ཅིས་རིག་པའི་
 ལེའུ་ཐོར་ཡོངས་གྲགས་གཏན་ལེ་དང་སྐར་ལེ་ཞེས་འདོད་སྤྲོད་ཡོད་པ་འདྲ་ཟླ་རེའི་ཆོས་ཁོངས་ཀྱི་
 གཟུགས་སྐར་སྐར་སྤྲོད་པའི་ལེའུ་ཐོར་ཡོད་པའི་ལེའུ་ཐོར་ཡོད་པའི་དོན་གྱིས་ཡིན། ད་ལྟ་ཆོ་འུ་མིག་
 ལམ་དུ་མངོན་བཞིན་པའི་ལེའུ་ཐོ་རྒྱུ་པ་འདི་བཞིན་པེ་དཀར་གཞུང་དོན་ལས་གསུངས་པའི་རྒྱུ་
 པའི་ལེའུ་ཐོ་ལས་བསྐྱུས་པ་དང་། འབྲིང་བ་ལས་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་ཆུ་ལ་དཀར་ནག་དབངས་གསུམ་
 ཟུང་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པའི་ཅིང་། སྐར་ལེའུ་ཐོ་ལས་ཀྱི་ལེའུ་ཐོ་འདི་ལ་ནང་དོན་རྒྱུ་པ་བསྐྱུས་
 དང་། ཡུལ་དུས་གང་ཟག་དབང་གིས་ཕྱི་ནང་ཐེམས་མི་འདྲ་ལེས། ཕྱི་ལེའུ་ཐོ་དང་། རང་
 གི་ལེའུ་ཐོ། ཐེམས་མི་འདྲ་ལེའུ་ཐོ་ཞེས་རྒྱུ་པ་གསུམ་ཡོད།

ལེའུ་ཐོ་རིགས་དང་རྒྱུ་དཔྱེ་གཉིས་སུ་དཔྱེ་བ་གང་ཡང་རྒྱུ་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་
 གྱིས་གཏན་ལ་དབང་པའི་ཅིས་གཞུང་པེ་དཀར་གྱི་དགོངས་དོན་དང་། དེ་ཡང་ལེའུ་ཐོ་གཟུགས་
 མཐུན་གང་ཟག་གི་མཐུན་དཔྱེད་དང་འབྲིང་པའི་དབང་གིས་རྒྱུ་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་གྱི་སྤྲོད་
 བ་བསྐྱུས་ཡོད་པ་སྟེ།

ལེའུ་ཐོ་རྒྱུ་པ། ཆད་ལྷན་མཐུས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ནས་ལེགས་ཆ་རྒྱུས་གཅིག་དུ་བསྐྱུས་
 པ། མི་ཆེན་མཐུན་དཔྱེད་ཅན་རྒྱུས་ཀྱིས་ཐེད་སྤྲོད་པའི་ལེའུ་ཐོ་ལེའུ་ཐོ་ལེའུ་ཐོ་ལེའུ་ཐོ་
 ཞེས་པར་སྤྲོད་པའི་རྒྱུ་པའི་ལེའུ་ཐོ་ཡིན།

ལེའུ་ཐོ་འབྲིང་པོ། ཕྱི་འབྲིང་པའི་དྲག་ཞན་དང་ནང་མཐུན་དཔྱེད་བར་མ་ཅན་གྱིས་
 འཛིན་པའི་ལེའུ་ཐོ་ནང་དོན་དང་སྤྲོད་པའི་ལེའུ་ཐོ་ཅམ་སྤྲོད་པ།

བསྐྱུས་པའི་ལེའུ་ཐོ། ཕྱི་འབྲིང་པའི་ཞན་པ་དང་ནང་གསུམ་རབ་ཆུང་བས་ཐེད་སྤྲོད་པའི་

ལེའུ་ཐོ་སྟེ། ནང་དོན་ཡང་བསྐྱུས་པར་བསྟན་ཡོད་དོ། །དེང་ལག་ལེན་ཐོག་དངོས་སུ་སྤྱོད་
བཞིན་པའི་ལོ་ཐོ་རྒྱུས་བསྐྱུས་གཉིས་ནི། རྒྱུས་པ་དཀར་ནག་དབུང་ས་གསུམ་གྱི་དགོངས་འདུས་
དཔེ་གཟུགས་ཅན་འདི་ལ་བཟོ་བྱ་བ་ཅིང་། བསྐྱུས་པར་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་དེབ་གཟུགས་ཅན་ཉིན་
རེའི་ཟིན་ཐོ་འགོད་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཟླ་ཆོས་གཟུང་སྐར་ཅམ་བཀོད་པ་དེ་དང་། དེ་ལས་བསྐྱུས་པ་
ཀྱང་སྤེབས་སུ་འགོལ་བྱའི་ཐོག་རྒྱང་མ་ཀ་ལན་ཏེ་(Clender)ཞེས་པ་དེ་གཉིས་སོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། ལེའུ་ཐོ་ཁ་བྱང་གི་མཆོན་དོན་བཤད་པ།

གཞུང་ལེའི་(བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་གི་ལེའུ་ཐོ་)ཁ་བྱང་དུ། དབུས་སུ་སྐྱེན་ཅིས་
ཁང་གི་མཆོན་རྟགས་གཡམས་གཡོན་སེང་གེས་བཏེགས་པའི་ནམ་བུ་དབང་ལྡན་སྟེ་བར་སྐྱེན་
མཆོག་ཨ་རུས་བྱུར་བྱུར་གཏམས་པའི་སྤྱིང་བཟེད་ཅན་དང་། ཡང་གཡམས་གཡོན་དུ་ཀླན་གཞི་
ནམ་མཁའ་སྟོན་པའི་(ནག་པོ་འང་རུང་)སྟེང་རིག་གསར་གནམ་རིགས་ལྷགས་ཀྱི་གོ་ལ་དང་།
རང་ལྷགས་དུས་འཁོར་ཅིས་ལྷགས་ཀྱི་གནམ་སའི་གོ་ལའི་དཔེ་རིས་བཅས་པ་འགྱུར་མེད་གཏན་
འཁེལ་ཐོག

མཐའ་འཁོར་མུ་མཁུད་ཀྱི་མཆོན་རིས་ལོ་རེར་བརྗེ་ལེན་གྱི་ཚུལ་དུ་འདོན་བཞིན་པ་
ནི། ལེའུ་ཐོ་གཟིགས་མཁན་ཡོད་དོ་ཅོག་གི་མིག་ལམ་དུ་མངོན་བཞིན་པ་དེའོ། །རི་མོ་དང་
ཁ་དོག་སྐྱ་མང་དེ་དག་བཀོད་པའི་མཆོན་དོན་གང་ཡིན་ཆང་མས་གསལ་ཤོགས་བྱ་རྒྱ་གཡེ་
ཡིན་སྟབས། འདིར་ལེའུ་ཐོ་རྩ་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཁ་བྱང་གི་རི་མོའི་མཆོན་དོན་དག་དོ་སྤྱོད་
མདོར་བསྐྱུས་བྱ་རྒྱ་ཡིན།

དང་པོ། དབུས་ཀྱི་རི་མོའི་རོལ་ལྗོངས།

ཁ་བྱང་དབུས་ཀྱི་རི་མོ་ནི་བོད་གཞུང་སྤྱི་ཅིས་ཁང་གི་ཕྱི་ནང་མིང་དོན་མཆོན་པའི་མཆོན་རྟགས་
 བཞག་ཡིན་ལ། འདི་ནི་དེ་ལུ་ཐོའི་ཁ་བྱང་སྤྱི་ཅིས་ཀྱི་བོད་དོན་ཡང་ལུ་ཐོ་འདི་ནི་བོད་གཞུང་
 འཛིན་ཀྱི་ལུ་ཐོ་ཡིན་པ་མཆོན། དེ་ཡང་དུས་འཁོར་ལུགས་ཀྱི་ནམ་བུ་དབང་ལྡན་ལན་ཅི་
 ཡི་གེ་དབུ་ཁབས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་འདིས་བོད་ཅིས་རིག་པ་མཆོན་པ་དང་། དེའི་དབུས་ཨ་རུ་
 རས་གཏམས་པའི་ལྗོངས་བཟེད་ཀྱི་རི་མོ་བོད་པ་དེས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་མཆོན་པས། གཡས་
 གཡོན་དུ་གཡུ་རལ་གྱིས་བཟེད་པའི་སེལ་བྱུང་གིས་འདེགས་བཞིན་པའང་། བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་
 བོའི་མཆོན་དོན་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པས་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོས་བདག་གཉེར་
 གཞུང་འཛིན་མཛད་བཞིན་པའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཅིས་རིག་པའི་བསྐྱེ་གནས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད།
 (འདི་དག་གི་མཆོན་དོན་ཞིབ་པ། གཤམ་དུ་འགོད་རྒྱ།)

གཉིས་པ། གོ་ལའི་དཔེ་རིས་སོ་སོའི་མཆོན་དོན།

གཡས་གཡོན་དུ་ཁ་དོག་སྤྱི་ཅིས་ཐོའི་སྤྱི་ཅིས་ཀྱི་ལུགས་དང་རང་ལུགས་གཉིས་པོའི་གོ་ལའི་རི་མོ་སོ་
 སོར་བོད་པའི་མཆོན་དོན་ཡང་། ཁ་དོག་སྤྱི་ཅིས་ཀྱི་ནང་དངོས་ཀྱི་འབྲུང་གཞི་དང་བྱང་
 པར་གཟུང་སྐར་རྒྱ་བའི་ལམ་ནམ་མཁའ་སྤྱི་ཅིས་ཀྱི་མཆོན་དོན་ཡིན་ཞིང་། དེའི་སྤྱི་ཅིས་གཡས་
 སུ་རང་ལུགས་དུས་འཁོར་གྱི་གནམ་སའི་གོ་ལའི་བོད་པའང་ཆེ་ཆུང་དང་ཁ་དོག་མི་འབྲུ་བའི་
 རྒྱུ་སྐྱེས་བཞི་པོ་ཕྱི་ནས་རིམ་བཞིན་བོད་པ་ནི་ནག་པོ་རྒྱུང་དང་། དམར་པོ་མེ། སྤྱི་ཅི་
 རྒྱ། སེར་པོ་ས་བཞི་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་སའི་དབུས་སུ་ལྷང་གསུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་དང་
 དེའི་དབུས་དམར་སེར་སོགས་ཀྱི་ཁ་དོག་སྤྱི་ཅིས་བཞིར་བོད་པ་ནི་སྤྱི་ཅིས་དང་འབྲུང་བའི་ཁམས་
 མཆོན་པ་སྟེ། དམར་པོས་སྤྱི་ཅིས་དང་། རྒྱ་པོས་གར་སྤྱི་ཅིས་དང་། སེར་པོས་ལུ་བསྤྱི་ཅིས་དང་། དཀར་

པོས་བྱང་སྤྱི་བཅས་མཆོན། དེ་ནི་པོད་ཅིས་རིག་པའི་ནང་སྣོད་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་ཆགས་ཚུལ་
བཤད་པའི་སྐབས་ཐོག་མར་ནམ་མཁའ་སྣོད་པའི་དབུས་སུ་རྒྱུད་གི་རྩལ་ཕྱ་རབ་ནམས་བསྐྱུས་
ཏེ་འདབ་འབྱར་དུ་གྱུར་པས་ཡང་ཞིང་གཡོ་བའི་རྒྱུད་གི་དཀྱིལ་འཁོར་དབྱིབས་རྒྱུ་པོ་ཐང་ཀར་
དཔག་ཚད་འབུམ་བཞི་དང་འཁོར་ཡུག་དཔག་ཚད་འབུམ་བཅུ་གཉིས། མཐུག་རམས་སུ་སྣོད་
ཕྱག་ལྗེ་བཅུར་བཤད་པའི་རྒྱུད་དཀྱིལ་གྲུབ་པར་བཤད་པ་དེའི་མཆོན་ཤེད་མཐའ་འཁོར་ཁ་དོག་
ནག་པོའི་རྒྱུ་གཟུགས་རྒྱུད་རིས་ཅན་བཀོད་པ་དང་། དེས་སྦྱོར་བའི་ནང་དུ་མེའི་རྩལ་ཕྱ་རབ་
ནམས་འབྱར་བ་ལས་རྒྱུད་དང་ལྡན་པའི་སྣོད་འཁྲིགས་པ་ལྟ་བུའི་མེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཁོར་ཡུག་
ཏུ་དཔག་ཚད་འབུམ་ཕྱག་དགུ་དང་ཐང་ཀར་གསུམ་ཡོད་པ་གྲུབ་པ་དང་། དེས་སྦྱོར་བའི་ནང་
ཆུའི་རྩལ་འབྱར་བའི་རྒྱུད་མེ་ཆུ་དང་ལྡན་པའི་སྣོད་བྱང་བ་ལས་ཆར་བབས་པའི་ཆུའི་དཀྱིལ་
འཁོར་ཁོར་ཡུག་ཏུ་འབུམ་ཕྱག་དགུ་དང་ཐང་དཀར་འབུམ་གཉིས་ལྡན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྲུབ་
པར་བཞེད་པ་དེའི་མཆོན་ཤེད་དུ་ཁ་དོག་སྤྲོད་ཀར་རྒྱུ་པོ་ཆུ་རིས་ཅན་དང་། ཆུ་དཀྱིལ་གྱིས་
སྦྱོར་བའི་ནང་དུ་སའི་རྩལ་འདབ་འབྱར་བའི་རྒྱུད་མེ་ཆུ་དང་ལྡན་པའི་འཇའ་མཆོན་འཁྲིགས་པ།
མཐའ་ལས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཁོར་ཡུག་འབུམ་ཕྱག་གསུམ་དང་ཐང་ཀར་འབུམ་ཕྱག་གཅིག་
གྲུབ་པར་བཤད་པ་མཆོན་ཤེད་དུ་ཁ་དོག་སེར་པོའི་རྒྱུ་གཟུགས་དང་། ས་དཀྱིལ་དབུས་སུ་
རི་རབ་ཀྱི་མཆོན་ཤེད་ཁ་དོག་ལྗང་ཁུ་དུམ་བུ་ཆེ་ཆུང་ས་དཀྱིལ་ཤེད་དུ་འདོད་དོ། །གཞན་ཡང་
ས་དཀྱིལ་དབུས་སུ་རགས་པ་སྤྱིང་བཞི་མཆོན་ཤེད་དུ། རྩ་རུ་དམར་པོ་གྲུ་གསུམ་དང་། རུབ་
ཏུ་སེར་པོ་གྲུ་བཞི། བྱང་དུ་དཀར་པོ་རྒྱུ་པོ་ཤེད་པ། བར་དུ་ནག་པོ་རྒྱུ་པོ་སེར་བཀོད་
ཡོད།

ཆུ་དང་མེའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་མཆོམས་ནས་རི་རབ་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་ཆོན་རིས་མི་
འདྲ་བའི་རྒྱུ་ཐིག་བཅུ་གཉིས་བྲིས་ཡོད་པ་ནི་གཟའི་རྒྱ་ལམ་བྲིས་བཅུ་གཉིས་མཆོན་པ་སྟེ། དེ་

ལ་དཀར་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷག་དང་བུ་མོའི་བྲིས་མཚན་པ་དང་། དམར་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཉ་དང་
སྤང་བྲིས། ཉག་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷིག་པ་དང་བུམ་བྲིས། སྔོན་པོ་གཉིས་པོས་ཀཏ་དང་འབྲིག་
བྲིས། ལྗང་གུ་གཉིས་ཀྱིས་གཞུ་དང་ཆུ་སྲིན་གྱི་བྲིས། སེར་པོ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲང་དང་སེང་གའི་
བྲིས་བཅས་མཚན་པ་ཡིན།

གཡོན་ཕྱོགས་སུ་ཉི་མའི་བྲིས་ཀྱི་མཚན་པའི་ཕྱི་ལྷགས་གོ་འཕྲིག་ཕྱགས་བཀོད་པའང་། རྩེང་
ཟུར་ནས་རིམ་པར། ཉི་མ་དང་། (Sun) རྩྭ་པ། (Mercury) པ་སངས། (Venus) སའི་གོ་
ལ་དང་དེ་དང་ཉི་པའི་མཐར་ཆེ་བ། མེག་དམར། (Mars) ཡུར་བྲ། (Jupiter) རྩེན་པ། (Saturn)
སྐར་མ་གནམ་ཀྱལ། (Uranus) སྐར་མ་མཚོ་ཀྱལ། (Neptune) སྐར་མ་གཤིན་ཀྱལ། (Pluto)
མཚན་ཅིང་། ཉག་ཐིག་ནི་རང་རང་སེའོ་སེའོ་ཉི་མར་སྐོར་བ་བྱ་སའི་བཤོད་ལམ་ཡིན།

གཞུང་ལའི་མཐའི་མུ་མཁུད་དུ་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བའི་འབྲུང་ཚོན་༼བྱུང་བའི་ཚོན་མདོག་༽ལོ་
རེར་བརྗེ་ལེན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་བཞིན་པའང་གཞུང་ལོ་འདོན་ལའི་དུས་ཀྱི་གནམ་ལའི་དབང་ཐང་
གི་མཚན་དོན་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཉིད་དབང་ཐང་གི་ཁམས་མེ་ལ་དམར་པོ་དང་། ས་ལ་སེར་པོ། ཆུ་
ལ་སྔོན་པོ། བེད་ལ་ལྗང་ལྷ། ལྷགས་ལ་དཀར་པོས་མཚན་པར་བྱས་པ། དཔེར་ན། ཆུ་ལྷག་
ལའི་ལེའུ་ཐོའི་མུ་མཁུད་དུ་ཁ་དོག་སྔོན་པོ་དང་། ས་སྒྲང་ལོ་སེར་པོ། ལྷགས་སྐུལ་ལོར་དཀར་པོ་
བཀོད་པ་བཞིན་ནོ།

ས་བཅད་བཞི་པ། ལེའུ་ཐོ་ལྷ་སྐྱངས་དངོས་བཤད་པ།

དང་པོ། མཚན་དོན་དང་མཚན་བརྗོད་དམ་བཅའ།

བསྟན་བཅོས་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་ཉིད་ཀྱི་བརྗོད་དོན་དང་བྱེད་ལས་མཚན་པའི་
མཚན་ཡོད་དགོས་པ་བཞིན་གཞུང་ལའི་ཤོག་གངས་དང་པོའི་ཐོག་ལེའུ་ཐོའི་མཚན་གང་ཡིན་

གསལ་བར་བཀོད་ཡོད། མཆན་བྱང་མཛེས་རྒྱན་དུ་བཀྲ་གིས་ཉགས་བརྒྱད་སོགས་རིམ་འདྲ་
མིན་འབྲེལ་ཡོད་པ་འགྲེལ་བཞིན་མི་དགོས་པ་དང་། སྐབས་བབས་མཆན་བྱང་གི་གཡས་
ཕྱོགས་སུ་རབ་ལོ་དང་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་ཕྱི་ལོ་ཞེས་བཀོད་པ་དེ་དག་སོ་སོའི་དོན་རགས་ཅམ་སྒྲུང་
ན། དང་པོ་མཆན་དོན་ལ་གསུམ། རབ་ལོ་དང་མཆན་དངོས། ཕྱི་ལོ་བཅས་གསུམ་མོ། །
༡༥ རབ་ལོ། རབ་ལོ་ཞེས་པ་རབ་བྱུང་དང་པོ་འགོ་ཚུགས་ནས་ལོ་ཐོ་སྟེན་པའི་བར་གྱི་ལོ་
གངས་ལ་བཞིན་ཅིང་། དེ་ནི་སྐར་དབུད་ཅིས་ལྷགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་འགོ་འཛིན་གྱི་དུས་ཏེ། ལོ་
ནི་རབ་བྱུང་མེ་མོ་ཡོས་དང་། ཟླ་བ་ནི་པོད་ཟླ་གསུམ་པ། ཆོས་ནི་ཡར་ངོའི་དགའ་བ་དང་པོ་
ཆོས་གཅིག་ནམ་ལངས་སུ་འཛིན་པའི་དབང་གིས་ཟླ་གསུམ་པའི་ཆོས་གཅིག་བཀོད་པ་ཡིན། དེ་
ཡང་རབ་བྱུང་དང་པོ། ལོ་ལོ་ ༡༠༣༧ ལོ་ནས་འགོ་ཚུགས་པས། འདི་ནས་བརྒྱད་ལོ་དྲུག་
ཅུ་རེར་རབ་བྱུང་རེ་ཅིས་པས་ད་ལྟ་ཚུ་ལྷག་འདི་ནི་རབ་ལོ་ ༡༧༦ ཡིན་ནོ།།

༡༦ ཕྱི་ལོ། ཕྱི་ལོ་ཞེས་པའི་དོན་ལོ་ལོ་སྟེ། ལོ་བྱའི་སྟོན་པ་མ་གཤིག་འཁྲུངས་ནས་ད་བར་
ལོ་ཅི་ཅམ་འགོ་བཞིན་པའི་གངས་ཡིན་ཅིང་། ཟླ་ཆོས་ནི། རབ་ལོའི་ཟླ་ཆོས་བསྟན་པའི་གངས་
མོ། ། (ལོ་བྱའི་འཁྲུངས་ལོའི་ཐ་སྟངས་འདིར། སྤྱི་ལོ་དང་། སྤྱི་ལོ་ དབྱིན་ལོ། ལོ་ལོ་བཅས་ཀྱི་
འབོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཡོད་པ་དེ་དག་སོ་སོའི་བྱུང་རིམ་ཞིབ་པ། ཁོ་བོས་བྲིས་པའི་སྤྱི་ལོ་དང་སྤྱི་
ལོའི་ཐ་སྟངས་ལས་འཕྲོས་པའི་དབུད་ཡིག་ལོ་ལོ་མངོན་པར་གསལ་བ་ཞེས་པར་གཟིགས་ལ། འདི་སྐབས་
ལོ་ལོ་ཞེས་པའི་སྤྱི་དབུ་ལྷག་ཡིན་པས་དགོངས་མངའ་ཞུ།)

༡༧ མཆན་དངོས། དབུས་སུ་སུམ་ཉིད་ཅན་གྱི་མཆན་དོན། རྟེན་མ་ལེགས་སྦྲར་
ཏེ་སྐད་ལན་ཅ་དང་། བར་པ་སྒྲ་གཡར། འོག་མ་བོད་ཡིག་གཟབ་གར་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་
འདྲ་། ཐོག་མར་སྟོད་འགྲེལ་ལྷགས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་དྲུག་ཅུའི་མཆན་དང་། དེ་རྗེས་འབྱུང་
འི་ཅིས་ལྷགས་ཀྱི་མཆན་བཞིན་ཚུལ་ཏེ། སྟོག་ལྷས་དབང་རྒྱུད་སྟེ་པའི་འབྱུང་གངས་ཅི་ཅམ་

ཐུན་པའི་ལོ་ཆུན་དུག་ཅུའི་མིང་དང་། ལེའུ་ཐོ་སྤྱོད་པ་པོའི་འདོད་ཚུལ་གྱིས་བཏགས་པའི་ལེའུ་
ཐོའི་མཆན་བཅས་བསྟན་དོ། །དཔེར་ན།

རབ་གནས་སུ་ལྷག་ལོའི་ལེའུ་ཐོའི་མཆན་དོན་དུ། གཡས་སྤྱོད་གསུ་རབ་ལོ་ (༡༢) ༡༢
ཅས་དང་དབུས་སུ་མཆན་དངོས། ཉི་མ་ཞེས་པ་འབྲུང་བ་ཁྱེན་ཚུ་མོ་ལྷག་ལོའི་ལོ་ཐོ་དགོས་
འདོད་ཀྱན་འབྲུང་ཞེས་བྱ་བ་བཞགས་སོ། ། ཞེས་དང་། གཡོན་དུ། བྱི་ལོ་ 2003 5 2
ཞེས་འཁོད་པའི་དོན་ཡང་། རབ་ལོ་ (༡༢) ༡ ནི་རབ་བྲུང་དང་པོ་འགོ་བཅུགས་ནས་ལེའུ་ཐོ་སྤྱོད་
དུས་བར་ལོ་ (༡༢) ༡ འགོ་བཞུགས་པའི་དོན་དང་། བོད་རྒྱ་གསུམ་པའི་ཆོས་གཅིག་ནི་སྐར་དབྱེད་
ཅིས་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོས་ཅིས་འགོ་ཡིན། དབུས་སུ་ཉི་མ་ཞེས་པ་སྤོད་འབྲུང་ལྷགས་ཀྱི་མཆན་དང་།
འབྲུང་བ་ཁྱེན་ཚུ་མོ་ལྷག་ཅས་པ་འབྲུང་ཅིས་ལྷགས་ཀྱི་མཆན་དང་། དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྲུང་
ཞེས་པ། ལེའུ་ཐོ་སྤྱོད་པ་པོས་བཏགས་པའི་མཆན་དངོས་ཡིན། གཡས་སུ་བྱི་ལོ་ཞེས་འཁོད་པ་འང་
རང་རྒྱལ་གྱིས་བེད་སྤྱོད་པའི་ལོ་མེན་པར་བྱི་རྒྱལ་ཆོས་བེད་སྤྱོད་པ་གཅོར་དགོངས་ཏེ་བཏགས་པའི་
ཐ་སྙད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་དོན་དུ་སྟོན་པ་ཡེ་གྲུ་འཁྲུངས་པའི་ལོ་ཡིན་པས་ལོ་ལོ་ཞེས་འཁོད་པ་འཐད་
ཐུན་དུ་མངོན་ཡང་སྟོན་མ་ནམས་ཀྱིས་དབྱེན་ལོ་དང་། བྱི་ལོ། བྱི་ལོ་ཞེས་བཏགས་ཡོད་པ་ལས།
ལོ་ལོ་ ༡༧༧༦ ནས་བཟུང་རང་གཞུང་སྟོན་ཅིས་ཁང་གི་ལོ་ཐོའི་སྟེང་“བྱི་ལོ་”ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་
བེད་སྤྱོད་གཏན་འབེབས་གནང་བ་སྐབས་འདིར་རང་སོར་བཞག །

2003 ནི་ལོ་སྟོན་འཁྲུངས་ནས་ལོ་དེ་ཅམ་འགོ་བཞུགས་པའི་དོན་ཡིན། 5 2 ནི་
བོད་རྒྱ་ ༡ པའི་ཆོས་ ༡ དང་བསྟན་པའི་བྱི་ལྷགས་རྒྱ་ཞག་ཡིན་ཞིང་། སྐབས་སུ་བོད་རྒྱ་
གསུམ་པའི་ཆོས་གཅིག་འདི་བཞུགས་བྱི་རྒྱ་ 5 ཞག་ 2 ལ་འབྲུད་པའོ། །

ཨེ་པ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན་ལགས་ནི། ད་ལྟོ་བོད་གཞུང་སྟོན་ཅིས་མཐོ་སྤྱོད་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་རེད།

